بنت النيل
مارس ١٩٥٤
١٠ قروش


Il Faut
nettoyer... tonifier... nourrir...
avec les produits
Elizabeth Arden
يجب
تنظيف ... وتقوية ... وتغذية ...
بمستحضرات
اليزابث اردن

نحو جامعة الشعوب العربية

فى بيروت وعمان والقدس ورام الله حيث ذهبت فى رحلتى الاخيرة الى الاقطار العربية ٠٠٠ وفى كل مناقشة وكل محاضرة وكل اجتماع يتصل الحديث فيها بينى وبين نساء ورجال هذه الشعوب الشقيقة حول الحركة النسائية والقضية العربية كانت الآراء تتجه فى اجماع حول معنى واحد بالذات ٠٠٠ فما أكاد أنتهى من دعوتى لتجميع قوانا نحن نساء ورجال الشعوب العربية لتوحيد الكفاح بيننا فى سبيل المعركة المشتركة التى تخوضها أوطاننا العربية ضد العدو المشترك ٠ هذا العدو الذى يقيم الاحلاف العدوانية كل يوم ليوحد جبهته الاستعمارية ضد شعوبنا العربية رغم ما بين هؤلاء المستعمرين من مناقشات وخلافات ٠٠

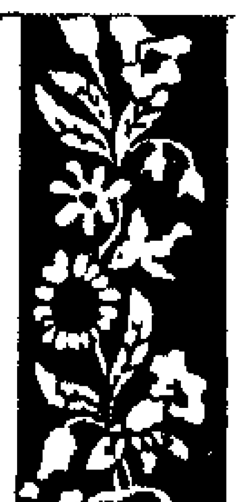
ما أكاد أنتهى من حديثى عن أهمية توحيد الكفاح النسائى مع الكفاح الوطنى لكسب القضية العربية حتى تتعالى صيحات التأييد ٠ ولكن صيحات التأييد لم تكن كل شىء فثمة سؤال واحد كان يلح فى طلب الجواب عن الطريقة التى يمكن أن يتم بها تحويل الكلام والحماسة الى حقيقة مادية نافذة ٠٠ وهكذا تولدت فى نفسى فكرة انشاء جامعة للشعوب العربية تكون رسالتها هى التعبير عن ارادة الشعوب العربية وربط الكفاح العربى بين كل شعوبنا المناضلة فى سبيل حريتها ٠٠ ولما كان تحرير الاوطان هو تحرير نسائها ورجالها على السواء فان جامعة الشعوب العربية ستكون ساحة الجهاد التى تجمع بين نساء العروبة ورجالها فى الاشتراك جنبا الى جنب فى حمل راية الجهاد المقدس فليس غير الشعوب من يملك القوة والايمـــان اللازمين لكسب معارك التحرير ٠٠

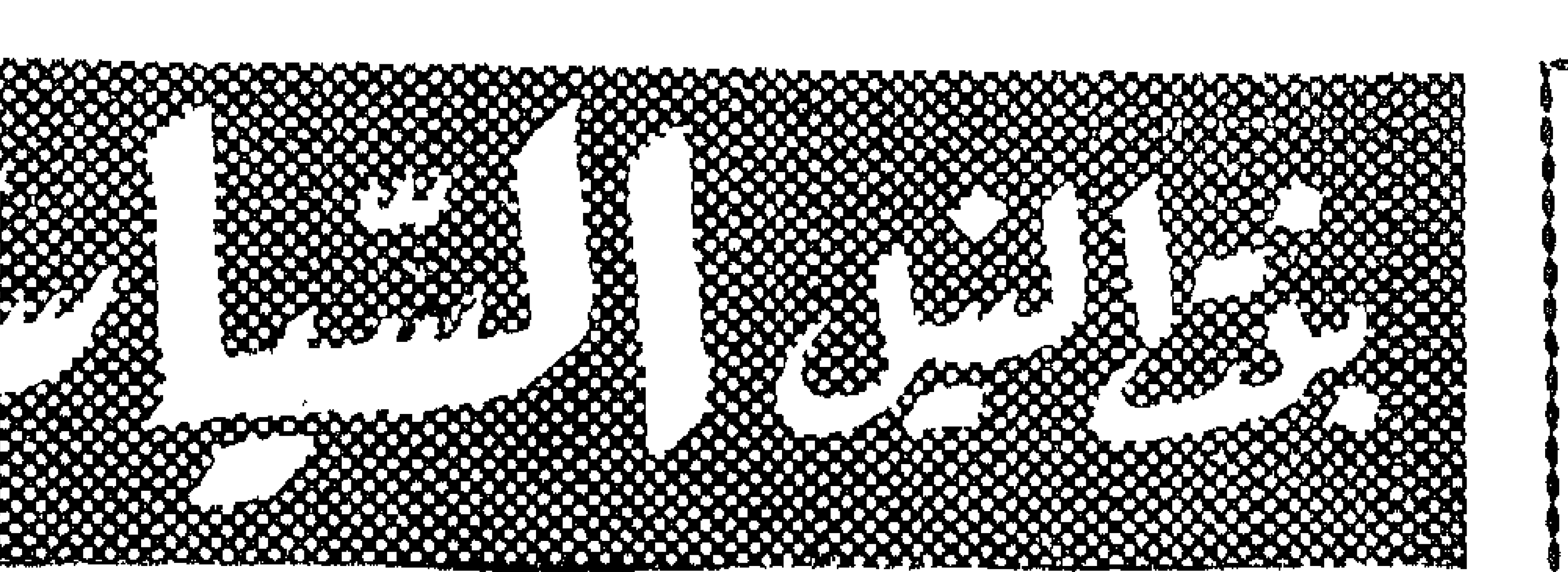
وللشعوب الكلمة الاولى والاخيرة فى معارك التحرير

درية شفيق

العدد ١٠٩ ــ مارس سنة ١٩٥٤

الثمن ١٠ قروش





شهر المؤتمرات والبيانات الاقتصادية والسياسية

يعتبر شهر فبراير المنصرم بالنسبة لمصر شهرا اقتصاديا وسياسيا ناجحا ..

حدث فى هذا الشهر ان وقعت مصر أول اتفاق كبير مع شركة أمريكية يعطيها حق التنقيب عن البترول فى الصحارى المصرية ... وقد أحدث توقيع هذه الاتفاقية أثرا كبيرا فى مصر والخارج فقد شعر رجال المال بأن الثورة قد ولجت باب الاقتصاد وان الشركات الاجنبية قد آمنت باستقرار الاوضاع فى مصر رغم ما يشيعه المغرضون من الاجانب المستعمرين واذناب الانجليز . كذلك طالع علينا مجلس الانتاج القومى فجأة ببيان يعلن فيه أن مشروع مصنع الحديد والصلب قد دخل فى حيز التنفيذ وان تصنيع البلاد قد بدأ على قدم وساق . ثم يأتى بعد ذلك البيان القاصم الذى أخرس السنة الانجليز والقمهم أحجارا بدلا من حجر واحد .. وأنا اقصد البيان الذى اعلنت فيه مصر عن مساعدتها لشقيقتها السودان بتسليح فرقة مكونة من ١٠٠٠ جندى وضباطها وتزويد قوة دفاع السودان بخمس طائرات جديدة مع تخصيص ٥٠ محلا بالكلية الحربية لابناء السودان وكذلك الحال فى كلية اركان الحرب والضباط العظام ومختلف المدارس التابعة لاسلحة الجيش المصرى .

ويكفينا تعليقا على هذا البيان أن نذكر حقيقة غريبة هى أن السودان حتى الان لا يمتلك مدفعا واحدا أو طائرة واحدة .. وان حكومة السودان الانجليزيه التى جثمت على انفاس اخواننا طوال ٥٥ عاما كانت تستأجر — أى والله تستأجر — من الجيش البريطانى عشرة مدافع .. لماذا ؟ لانها فقيرة !!

وبمناسبة الحديث عن السودان لابد من كلمة عن ذلك الخلاف الذى دب بين الحاكم العام ورئيس مجلس وزراء السودان حول تكوين لجنة السودنة . ان الحاكم العام يحاول ان يفرض أسماء معينة على شعب السودان ويحاول أن يستغل مركزه فى تعطيل الحكومة الجديدة وعرقلة سيرها ..

ويدخل فى هذا الباب تلك الاخبار التى أخذت تترى عن نشاط مدير مديرية خط الاستواء الانجليزى الذى أخذ يحرض أبناء الجنوب على اخوانهم الشماليين بحيث تطور الامر ووقعت اضطرابات لها دلالتها فى مدينة جوبا ..



فى الهند الصينية

القائد الصينى لزميله — أنا موش فاهم ايه الحكاية .. ده ميدان حرب والا ميدان سباق ؟؟!

آمال ..!

عاشت المرأة المصرية ، بل المرأة فى كافة أرجاء العالم خلال الشهر المنصرم ، والامل يراودها ، بل ويكاد أن يفنيها وقد يكون من العجيب أن يوجد أمل يفنى ولكن هى الحقيقة ... الحقيقة الكبرى لان هذا الامل كبير وعظيم الى الدرجة القصوى .

أقول عاشت المرأة وكلها أمل فى أن يسفر اجتماع الاربعة الكبار : وزراء خارجية روسيا وانجلترا وفرنسا وأمريكا عن خير ... عن اتفاق على تدعيم السلام والمحبة بين شعوب العالم ... وجاءت الاخبار تترى ... الاتفاق كاد أن يتم بين الوزراء على توقيع معاهدة الصلح النمسوية ... الروح التى تسود المؤتمر روح طيبة تخالف روح المؤتمرات السابقة ... وهكذا الخ ...

ثم جاءت نذر الفشل ... أعلن الاربعة الكبار فشلهم فى الاتفاق على ارجاع الاحوال الى طبيعتها الاولى فى النمسا ... أجل الاربعة العظام بحث مشاكل كذا وكذا ...

ولكن وسط كل هذه الاخبار والنذر أعلن نبأ هام هو اتفاق المؤتمرين على عقد مؤتمر فى جنيف بسويسرا تشترك فيه جمهورية الصين الشعبية لبحث مشاكل الشرق الاقصى : مشاكل كوريا والهند الصينية وبورما والملايو واليابان ... فعاد الامل يملأ القلوب من جديد ... وعاد الدعاء تلهج به الالسنة ثانية ...

وبنت النيل تدعو الله أن يلهم هؤلاء الاربعة بل وغير هؤلاء الاربعة التوفيق ... لان فى هذا التوفيق الخير كل الخير لها وللعالم أجمع ... فالمرأة تكون نصف مجتمع وادى النيل ، وتكون نصف المجتمع العالمى .

درية شفيق

وقد رد الصاغ صلاح سالم على هذه الاخبار بكلمة تدل على وعى واضح هى انه يرحب بهذه الحوادث لانها ان دعت الى شيء فانها تدعو الى العمل الجدى فى سبيل التخلص نهائيا من آثار الاستعمار فى السودان .. هذا وسيسافر فى أوائل مارس الاستاذ الشيخ الباقورى الى جنوب السودان لافتتاح أول برلمان سودانى .. ولا ريب فى أن هذه الرحلة سيكون لها صدى قوى لافي السودان فحسب ولكن فى انجلترا وسائر انحاء « العالم الحر » اسما والمناصر للانجليز فعلا ..

أما سوريا الشقيقة العربية الطموحة فقد ثبت لنا من حوادثها الاخيرة أن الاستعمار لا يزال يلعب بذيله فيها .. وان مؤامرات الانجليز ما زالت تدور فى الخفاء لغرض واحد هو الاستعمار فرسالة الانجليز فى العالم هى رفع لواء الاستعمار واعلاء شأنه حيثما كان ..

ولقد واجه الزعيم الشيشكلى الموقف فى جبل الدروز بحزم وقضى على الاضطرابات بقوة وان أدى الامر الى خلاف بين القطر السورى والعراق .. وعلى كل حال فلا يزال الامل كبيرا فى القضاء على هذا الخلاف الذى أوجده الانجليز ودفعت اليه اسرائيل تلك الشوكة الدنيئة فى جسم العروبة .

ولننتقل الى برلين حيث اجتمع وزراء خارجية الدول الاربع الكبرى .. لقد اجتمعوا حقيقة ولكنهم اجتمعوا ليتفرقوا ثانية .. وقد راودت النفوس الامال العراض حين طلعت الجرائد بخبر الاتفاق على حل مشكلة النمسا ولكن ثبت ان هذا الخبر لا أساس له من الصحة وان مثل هذا الاتفاق بين هذه الدول التى تدعى الكبر والمتكبرة فى الواقع حلم من أحلام الخيال .

واهتزت النفوس طربا لسحق جيوش الاستعمار الفرنسى فى الهند الصينية وأخذت فرنسا تولول وتصرخ ولكن لم يظهر فى الافق من يرحمها لانها لم ترحم هذه الشعوب المستعمرة فى يوم من الايام ..

واخيرا وليس آخرا فلنرسل على صفحات بنت النيل السياسية قبلة الى جواهر لال نهرو رئيس وزراء الهند فقد اعلن بكل قوة أن سياسة حكومته هى عدم قبول أية معونة عسكرية أمريكية وان الهند ستعتمد على نفسها فى تقوية نفسها ..

فى سطور

◆ لعل أعجب محاكم الطلاق فى العالم بأسره هى محكمة أتاوة فى كندا فهى تتألف من ١٩ عضوا من أعضاء مجلس الشيوخ . وكانت لا تقر أية حالة من حالات الطلاق الا لسببين هما الخيانة الزوجية أو استعمال القسوة ولكنها خرجت على هذا التقليد أخيرا وأقرت طلاق زوجة من زوجها لعدم صلاحيته . وما كادت تفعل ذلك حتى انهالت عليها مئات من طلبات الطلاق !!

◆ تهوى احدى المدرسات فى بنها تربية القطط وهى تنفق عليها أغلب مرتبها وقد سببت هذه القطط الازعاج للجيران مما أدى الى الشكوى منها وقد رفضت هذه المدرسة اطاعة أمر مجلس المديرية الذى يقضى بابعاد هذه القطط !!

◆ زار شيرى جواهر لال نهرو رئيس وزراء الهند المنطقة التى وقع فيها الحادث الذى راح ضحيته ما يقرب من ٥٠٠ قتيل والفا جريح من الحجاج الهنود عند تزاحمهم للنزول الى ميناء نهر الكنج المقدس للاغتسال أثناء الاحتفال الدينى الكبير الذى يقام كل ١٢ سنة عند ملتقى نهرى الكنج وجومنا .

◆ يؤخذ من الاحصاءات الرسمية ان الرسوم التى حصلت عن عقود الزواج فى السنة القضائية الماضية نقصت الى ٢٢ الف جنيه . وبلغت قيمة الرسوم فى عقود الطلاق فى تلك السنة ٨٠٠٠ جنيه

◆ سيزور مصر رسميا يوم ٥ مارس القادم الملك حسين ملك الاردن ...

◆ قدم قائد الفرقة الجوية محمد صدقى محمود رئيس البعثة العسكرية المصرية الى الهند سيفا نيابة عن القوات المسلحة المصرية — الى القوات المسلحة الهندية فى احتفال رائع .

◆ علقت المصادر المسئولة فى لندن على قرار الحكومة المصرية اهداء السودان خمس طائرات وأسلحة لالف جندى سودانى فقالت ان بريطانيا ترحب بمزيد الارتياح بكل مساعدة للسودان وانه ليس فى نية بريطانيا حاليا القيام بعمل مماثل لما قامت به الحكومة المصرية نحو السودان



الجاهل — موش فاهم ليه الناس بتضحك لما أقول انى متخرج من الليسيه فرانسيه

زميله — الحق عليك .. لازم يعنى تدعى أنك متعلم فى أوربا ..



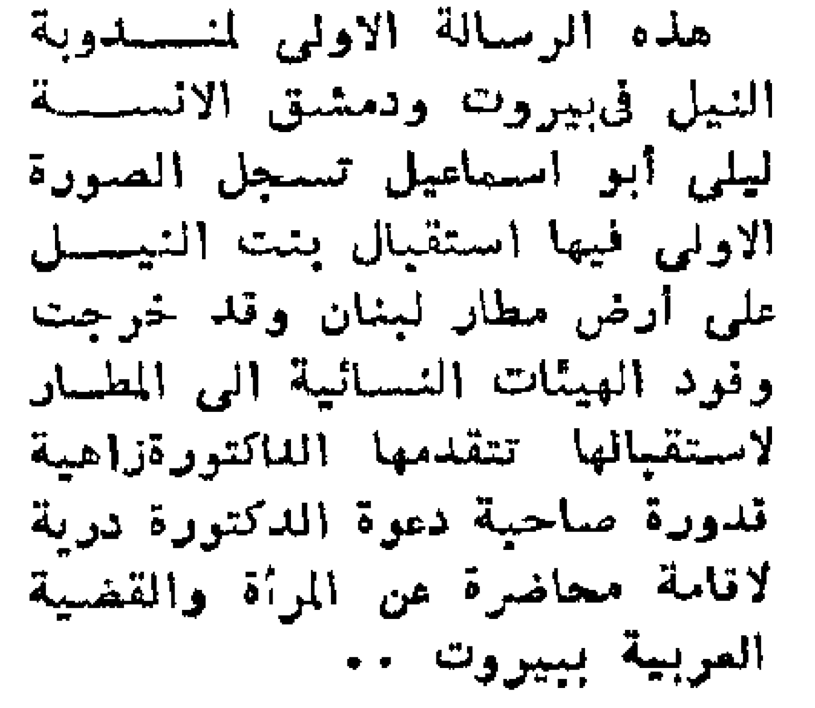


في المطار

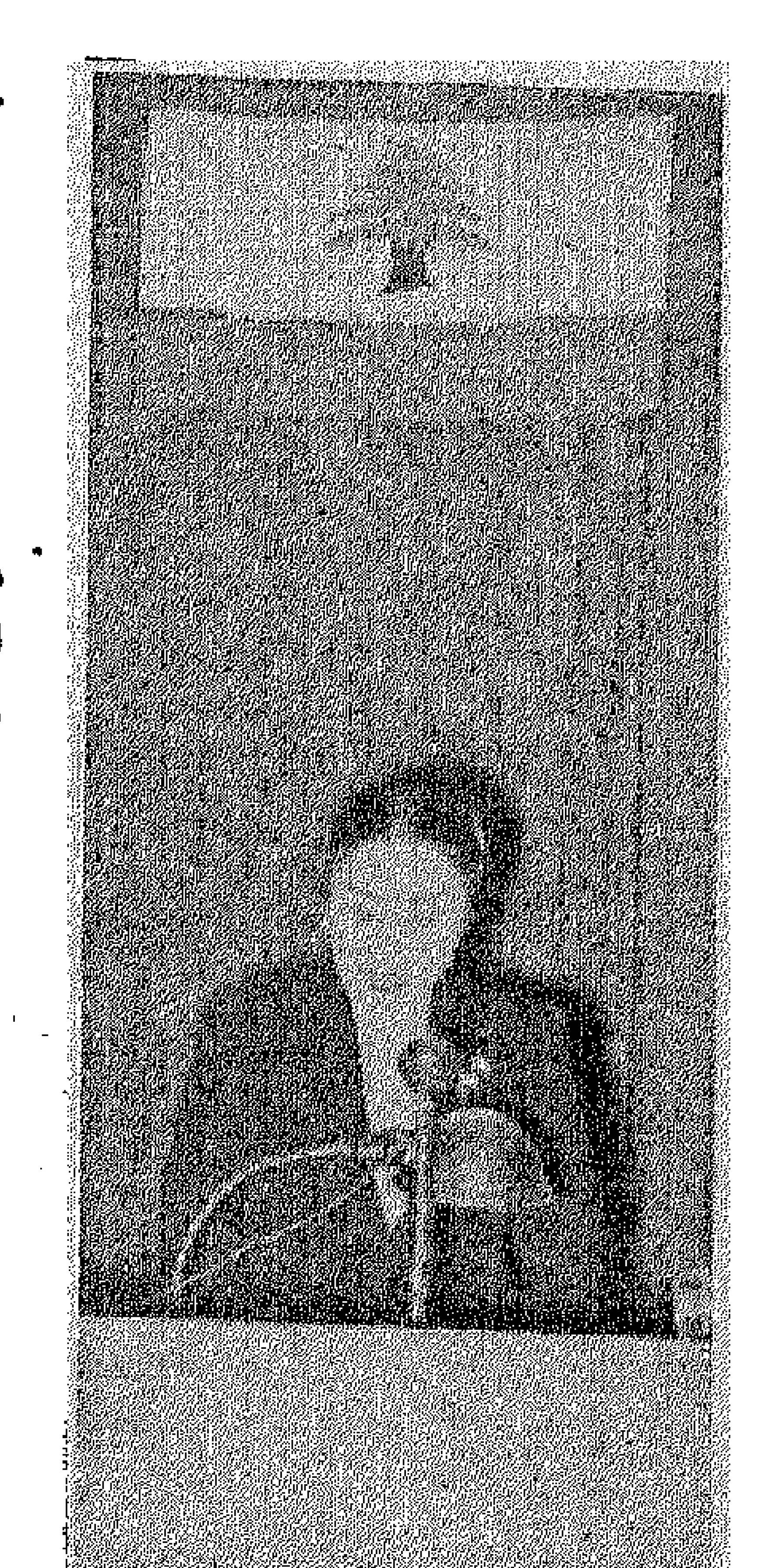


مع الجامعيات اللبنانيات

نساء من الشرق



بنت النيل في لبنان



الدكتورة زاهية قدورة

في أواخر يناير قامت الدكتورة درية شفيق برحلة الى الاقطار العربية بدعوات من لبنان وعمان وكثير من البلاد العربية لالقاء محاضرات حول المرأة والقضية العربية .. ومن بيروت وعمان وبيت لحم والقدس نرام الله وحيث ذهبت الدكتورة درية كانت وسائل مندوبات بنت النيل ومندوبيها تصل الى دار بنت النيل تباعا تسجل انباء الرحلة وصور الشخصيات العربية التى التقت بها .. وعادت الدكتورة رئيسة التحرير بعد أن اكتملت لدينا هذه المجموعة المصورة التى تحكى قصة هذه الرحلة والتى يهم الدكتورة درية أن تقدم فيها هذه الصور لنساء من الشرق بعد أن رفضت أن تفضى الينا بحديث من الجانب الشخصى لرحلتها .

على أرض لبنان

هذه الرسالة الاولى لمندوبة النيل فى بيروت ودمشق الانسة ليلى أبو اسماعيل تسجل الصورة الاولى فيها استقبال بنت النيل على أرض مطار لبنان وقد خرجت وفود الهيئات النسائية الى المطار لاستقبالها تتقدمها الدكتورة زاهية قدورة صاحبة دعوة الدكتورة درية لاقامة محاضرة عن المرأة والقضية العربية ببيروت ..

تقديم

وكان العمل الاول الذى ينتظر الدكتورة درية فى بيروت هو القاء محاضرتها التى دعيت اليها وعلى منصة الخطابة بقاعة وزارة التربية الوطنية ببيروت تجلس الداعية الدكتورة زاهية قدورة خلف الميكروفون تقدم المحاضرة المصرية للجماهير العربية .

مع الجماهير المتجاوبة

اذا كان ضيق المجال هنا يحول دون تقديم هذه المحاضرة على هذه الصفحات .. فاننا نكتفى بتقديم هذه الصورة لجانب من قاعة المحاضرة لعل نظرات الجماهير فيها تعكس لنا هذه المعانى التى ينصتون اليها من بنت النيل وهى تنادى الشعوب العربية بالشعار الذى يجب أن يسود بيننا . أن الحرية كل لا يتجزأ فما القضية النسائية الا جزء من القضية الوطنية..وما القضية الوطنية الا الجزء الذى لا يتجزأ من القضية العربية . قضية تحرير الشعوب العربية نسائها ورجالها .

مع الطليعة المثقفة

وهذه الصورة تتقدم فيها الجامعيات اللبنانيات الطليعة المثقفة التى تقع على عاتقها دائما رسالة نشر المعرفة وحمل لواء النهضة الفكرية التى هى أساس الارتقاء والحضارة .

والصحافة

فى كل مكان وفى نهاية كل محاضرة او اجتماع كانت الصحافة تحاصر بنت النيل فى مؤتمرات صحفية تلقائية حيث تدور المناقشات

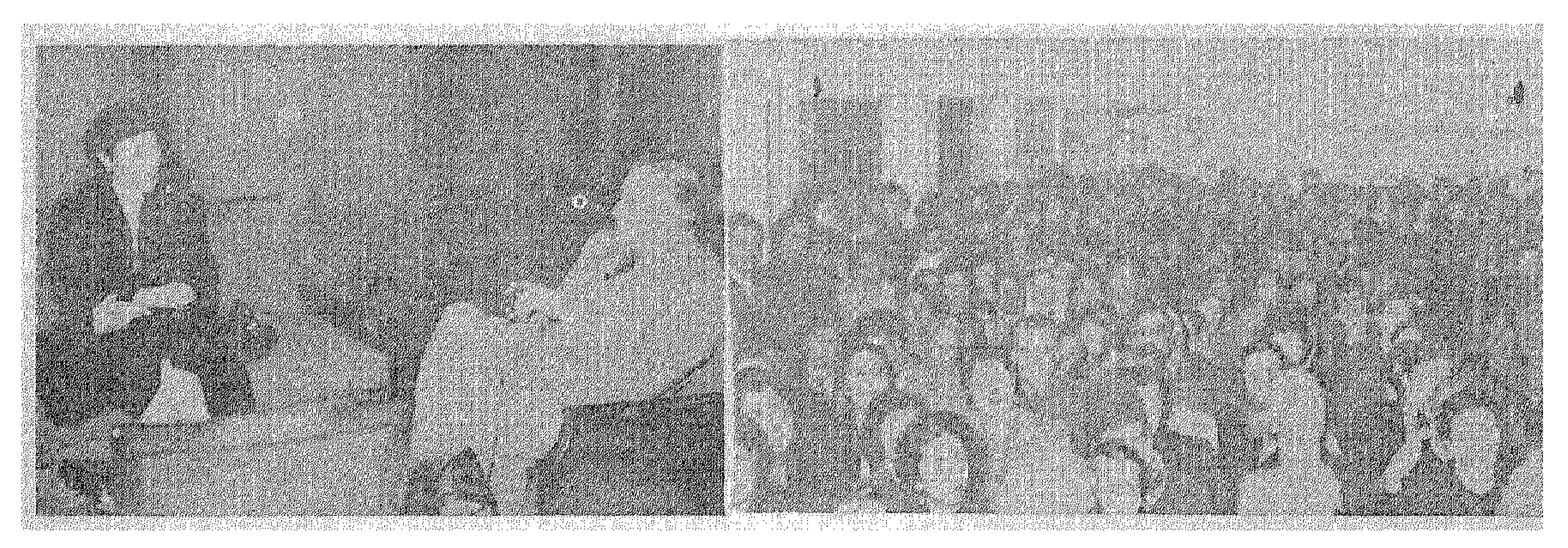


مع طالبات الجامعة

مع حرم رئيس جمهورية لبنان







محاضرة الدكتورة درية شفيق بقاعة التربية الوطنية

مع رئيس الجمهورية

حول شئون المرأة والقضية العربية وفكرة جامعة الشعوب العربية . هذه الفكرة التى ولدتها فى نفس بنت النيل كثرة تفكيرها فى ضرورة تكتل قوى الشعوب العربية فى سبيل كسب معركة التحرير للاوطان العربية المناضلة .

ففى الصورة الاولى عن الصحافة تلتف الصحفيات اللبنانيات بالضيفة المصرية وأما الثالثة فتمثلها مع الصحفى والسياسى الكبير صاحب جريدة الحرية اللبنانية .

حديث الرئيستين

عندما تجتمع سيدتان - أى سيدتين - فلاشك أن الحديث بينهما يدور حول أحوال اقرب الشئون الى المرأة شئون الاسرة ومشاكل المرأة وامال كل منهمـا فى المستقبل فما الحال اذا اجتمعت سيدتان مثل حرم كميل شمعون رئيس الجمهورية اللبنانية والدكتورة درية شفيق . وهما يشغلان المكان البارز فى معالجة القضية النسائية انه ولاشك يكون حديث الحركة النسائية ومطالب المرأة وآمال المجتمع كله .

مع رئيس الجمهورية

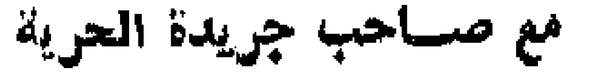
وقبل أن تبارح بنت النيل لبنان تشرفت بمقابلة السيد كميل شمعون رئيس الجمهورية الذى تفضل بتحميلها أطيب تحياته الى مواطنيها وقادة مصر وتطرق الحديث حتى شمل رأى الرئيس اللبنانى فى مشروع جامعة الشعوب العربية حيث صرح سيادته بأنه لا يوجد من يستطيع أن يعارض فى قيام جامعة شعوب عربية الى جانب وجود جامعة الدول العربية، فان جامعة الدول العربية تستطيع أن تستمد قوتها من الشعوب العربية فى هذه الحالة فليس أقوى من الشعوب اذا توحدت قوتها .

الدكتورة زاهية قدورة

" لقد وحد بينهما الكفاح المشترك فى سبيل القضية الواحدة . قضية المرأة .. وهاهى هذه الصورة تجمع بينهما وقد جلستا تتدبران وسائل الكفاح وطرق توحيده بين نساء لبنان اللائى تحقق لهن حقهن كاملا وبين اخواتهن فى مصر وهن على أبواب المعركة الفاصلة فى هذا السبيل .

(البقية ص ١٥)





مع صاحب جريدة الحرية

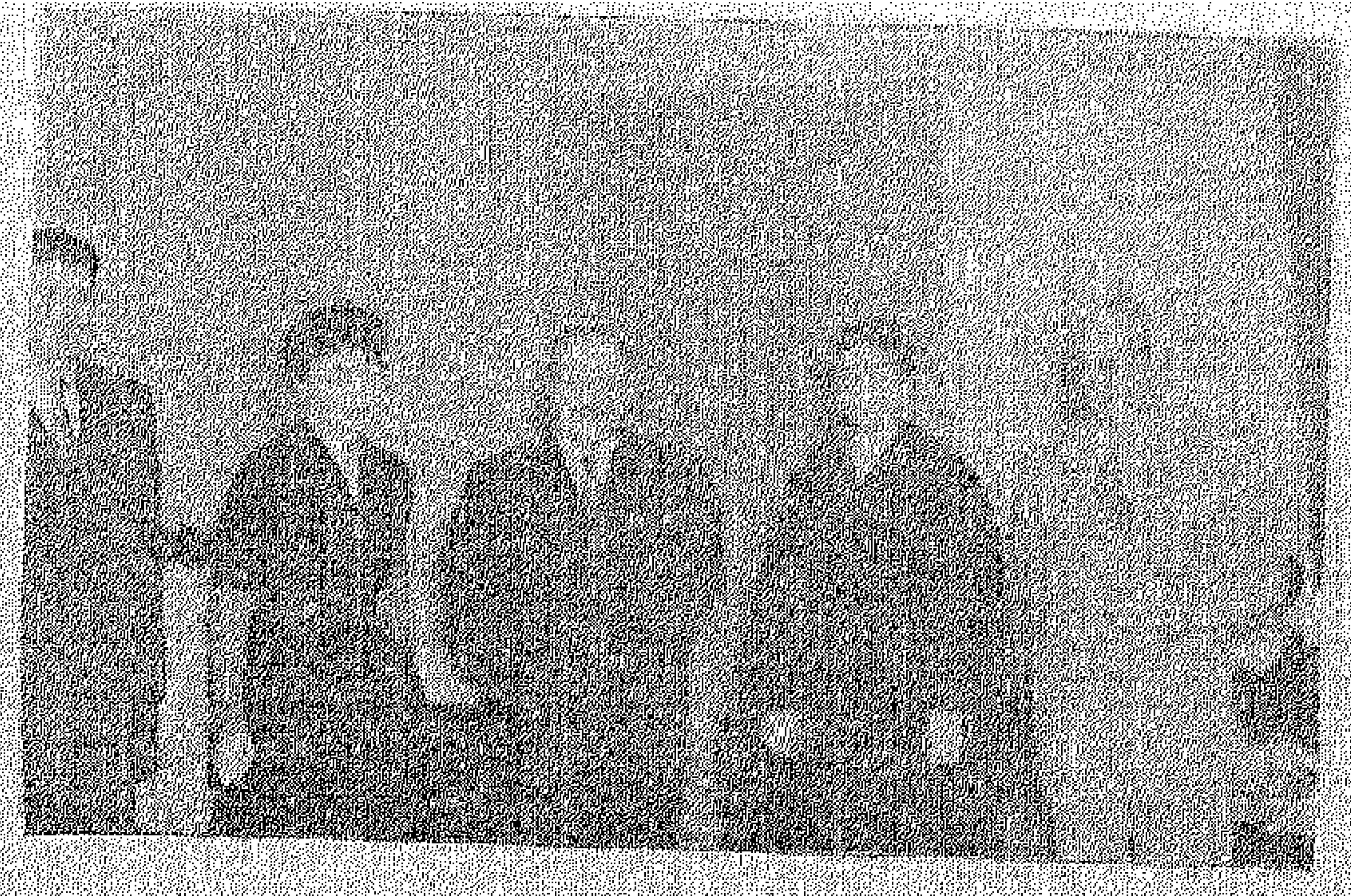
مؤسسة لبنانية

درية شفيق وزاهية قدورة





مع حــرم رئيس البلدية بعــمان



مع رئيس وزراء الاردن وســفير مصر فى عمان

نساء من الشرق

بنت النيل فى الأردن

الى الاردن

وننتقل مشاهد قصتنا المصورة الى وطن عربى آخر .. فقــد كان على رئيسة بنت النيــل أن تودع لبنان وشعبها العظيم لتلبى دعوات أخرى كريمة منها دعوة المعهد العلمى واللجنة الثقافية فى عمــان هذه الدعوة وصلتهــا وهى بعد فى مصر عن طريق مندوب بنــت النيل فى عمان الاستاذ زهير شقير.

فى عمان

وفى عمان كانت الوفود النسائية فى انتظارها .. ولعل الكثيرين فى مصر لا يعلمون أن الاردن اليــوم تشهد نهضة نسائية قوية بالنسبة لحداثة عهد الاردن بها .. وهذه أولى صور قصة زيارة بنت النيل لعمان . وهى تضم شخصــيات نسائية بارزة منها السيدة حــرم رئيس البلدية فى عمان التى كانت هى وزوجها الفاضل فى مقــدمة المرحبين بالضيفة المصرية .

مع رئيس الحكومة

أما الصورة الثانية فهى تمثــل احتفاء السيد فوزى الملقى رئيس الوزارة الاردنية .. هذا الاحتفـاء الذى تعتبره الدكتورة درية أصدق تصوير للشعور العميــق الــذى تكنه الشعوب العربية نحو مصــر الشقيقــة الكبرى .. ان رئيس الحكومة الاردنية يؤكد للــدكتورة درية فى الحديث « غير الرسمى » الذى يدور بينهما هنا حول فــكرة جامعة الشعوب العربية أن توحيد الشعوب العربية هو صميم القضية العربية .

مؤتمرات نسائية فى كل حفل

وفى فندق فيلادلفيا بعمان أقيم حفل كبير لتكريم بنت النيل جمع الهيئات والشخصيات النسائيــة فى الاردن والبــلاد الفلسطينيــة المجاورة . وقد اشتدت الحماسة لهذا الاجتماع التاريخى حتى لقــد طالب الرجال بالاشــتراك فيــه للاستماع للمناقشة التى ظــلت الدكتورة درية تتولى ادارتهــا والإجابة فيها على ما يلقى اليهــا من الاسئلة والاستيضاحات أكثــر من ساعتين متواصلتين فكانت غرة هذا المؤتمر النسائى الشــعبى أن اختتم باعــلان السيدة اميلى بشارات عزم نساء عمــان عــلى تأليف اتحاد بنت الاردن على أن يقوم على غرار اتحاد بنت النيــل المصرى ...

وفى عمان ألقت الدكتورة درية محاضرة عن المرأة العربية مالهــا وما عليها بدعوة من المعهد العلمى، وقد كان رائعــا أن نسبة الجماهير المستمعة الى المحاضرة كانت المرأة الاردنية تمثل الاغلبية فيه رغــم شدة الاقبال الذى جعل القــاعة تضيق بمن فيها .. وتقــول الدكتورة درية فى تصريح لهــا من هناك أن الاردنيــات السافرات كن يجلسن الى جوار اخوانهن الرجال جنبا الى جنب فى ترحيب وتقدير عظيم من الرجال .

مقــابلات

وقبل أن تنهى الدكتورة زيارتها لعمان دعيت للتشرف بمقابلة جلالة الملكة زين ملكة الاردن .. والملكة زين هى الراعية الاولى للنشاط الاجتماعى وأعمال الخير فى الاردن. كما تعتبرها نساء الاردن الراعيــة الروحية للحركة النسائية الناهضة فى بلادها .. والصــورة الرابعــة تمثل الدكتورة مع بعض ســيدات الاردن وهن السيدات جهــسان عازر واميلى ســيفلى واوجينى حداد .

فى حرم القــدس

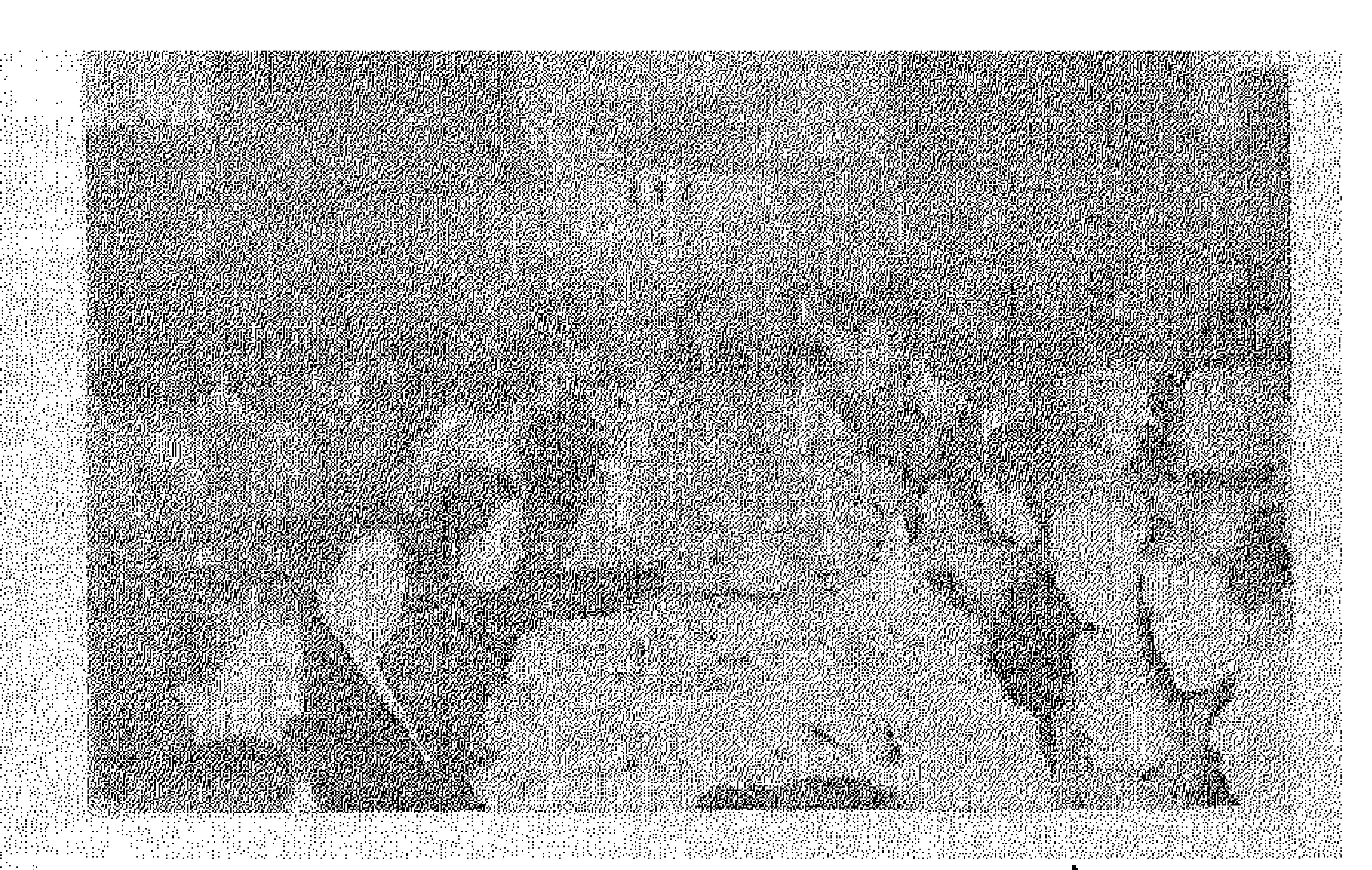
وقد انتهزت الدكتــورة درية فرصة وجودها فى الاردن فقــامت بزيارة للحرم القدسى تصحبهــا السيدتان المجاهدتان هند الحسينى مؤسسة دار الطفل العربى والسيدة زليخا الشهابى رئيسة دار رعاية الطفل وهى المؤسسات التى تعمل لجمع الاطفال الذين شردتهم حرب فلســطين ولا يكاد يذكر اســما هاتين السيدتين فى بلاد فلسطين والاردن حتى تبرز قصص البطولة والتضحية التى يحفظها ضــمير الانسانية لهما وقد أوقفتا حياتهما وما لهما فى سبيل تخفيف ويلات الحرب عن الطفولة الفلسطينيــة





فى ضيافة ميرة الاميرة بســمة

فى زيارة جمعيــة المرأة الاردنية



فى فندق فيلادلفيـا بعمان



مع السيدات جهان عازر وأملى صيقلى وأوجنى حداد

البائسة ويكفى انهما أصرتا على البقاء فى قلب المراثة لتـأدية رسالتهما النبيلة فظلتا فى القدس وأهوال الحرب تحيط بهما وفى الصورة يبدو مدخل الحرم القدسى الكريم ..

مبرة الاميرة بسمة

أما الصورة السادسة فقـد أخذت لزيارة الدكتورة درية لمؤسسة مبرة الاميرة بسمة ويرى معهـا السيدة أميلى بشارات وهى مضيفة الدكتورة درية أثناء رحلتها الى عمان .. والسيدات سلوى دجانى وأميمة خياط ووداد طوقان ومى علم الدين وعلية الخيرى .

جمعية نهضة المرأة الاردنية

وفى طواف الضيفة المصرية استطاعت الفوز بزيارة الكثير من الهيئات والجمعيات النسائية الاجتماعية وهى هنا يحيط بهـا أعضاء الجمعية السيدات حرم مصطفى خليفة والسيدة سميحة مجالى والسيدة تلهونى وحرم على منكو والسيدة مجدولين مفتى .

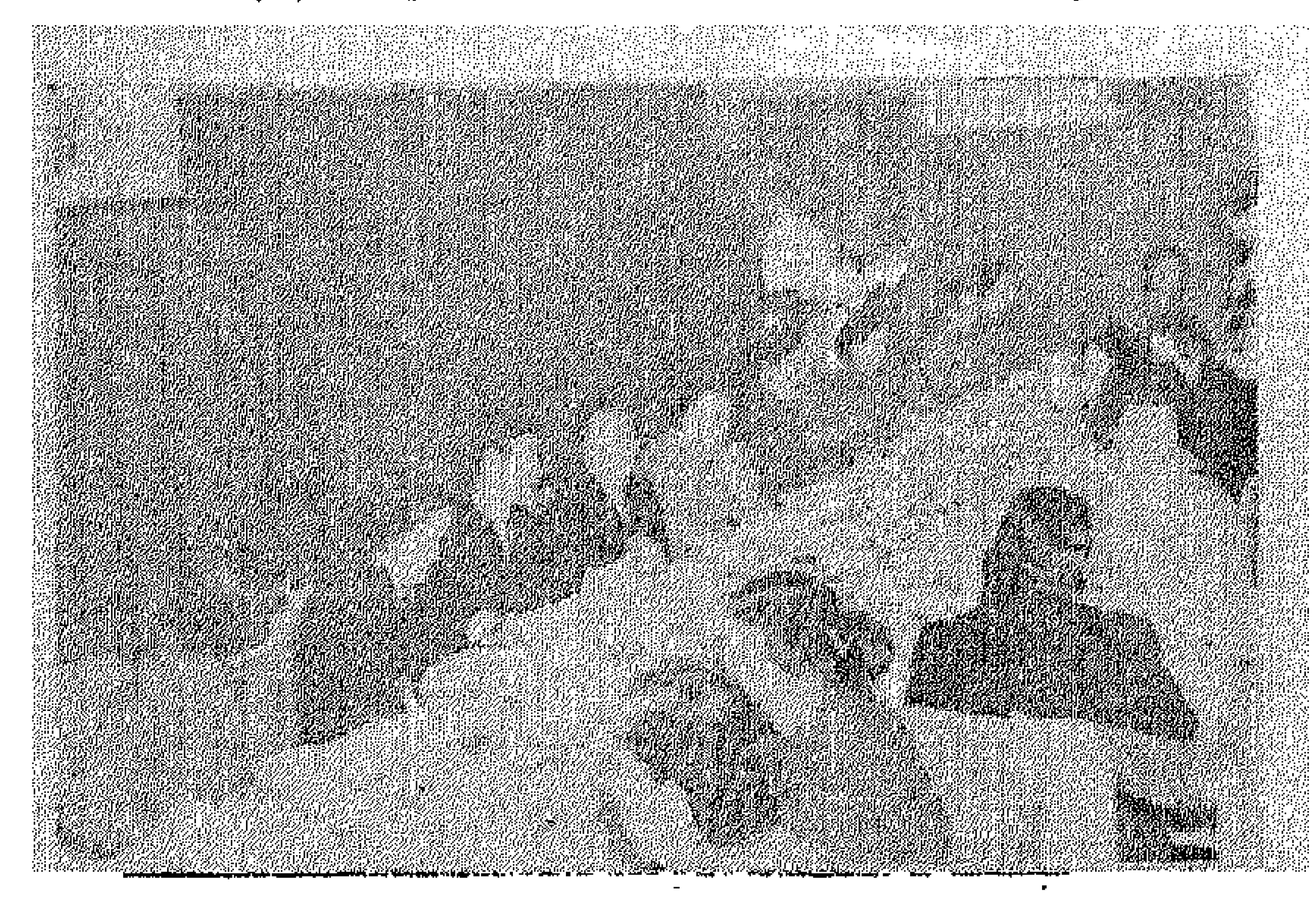
جمعية اليتيم العربى

وهذه صورة أخرى لزيارتهـا لجمعية اليتيم العربى والى جوارها السيدة اميلى بشارات والسيدة سلوى شوبجات .. وهـذه الجمعية تتولى رعاية الاطفـال اليتامى الذين خلفتهم المذبحة الصهيونية ..

جمعيـة الشابات المسيحيات

وللشابات المسيحيات جمعية كبيرة فى عمان ويرى من أعضائها هنا مدام حكيم ومدام حرمسورة ومدام بنة وتقوم هذه الجمعية بأعمال الخير ونشر الثقافة ..

ومن الشخصيات النسائية البارزة فى الشرق الاوسط السيدة ابتهاج قدورة رئيسة الاتحاد النسائى العربى والسيدة حرم الاستاذ سكر وزميلاتها من عضوات الهلال الاحمر بعمان والسيدة لور تابت ببيروت والسيدة عدوية الطبـاخ زعيمة النهضة النسائية فى دمشق وقد فازت فى الانتخابات السورية بخمسة وعشرين الف صوت . والانسة لبنى ناصر مؤسسة دار الزهور فى القدس والسيدة حرم النائب عبد الرمازى بفلسطين والسيدة حلوة جاكمان ببيت لحم والكاتبة المعروفة فائزة عبد المجيد بنابلس والحاجة عندليب العمد والحاجة راشدة معزوز المصرى بنابلس والسيدة جميلة بشنان بطولكرم ورئيسة الاتحاد النسائى العربى بالخليل .



حفـلة استقبال فى عمان



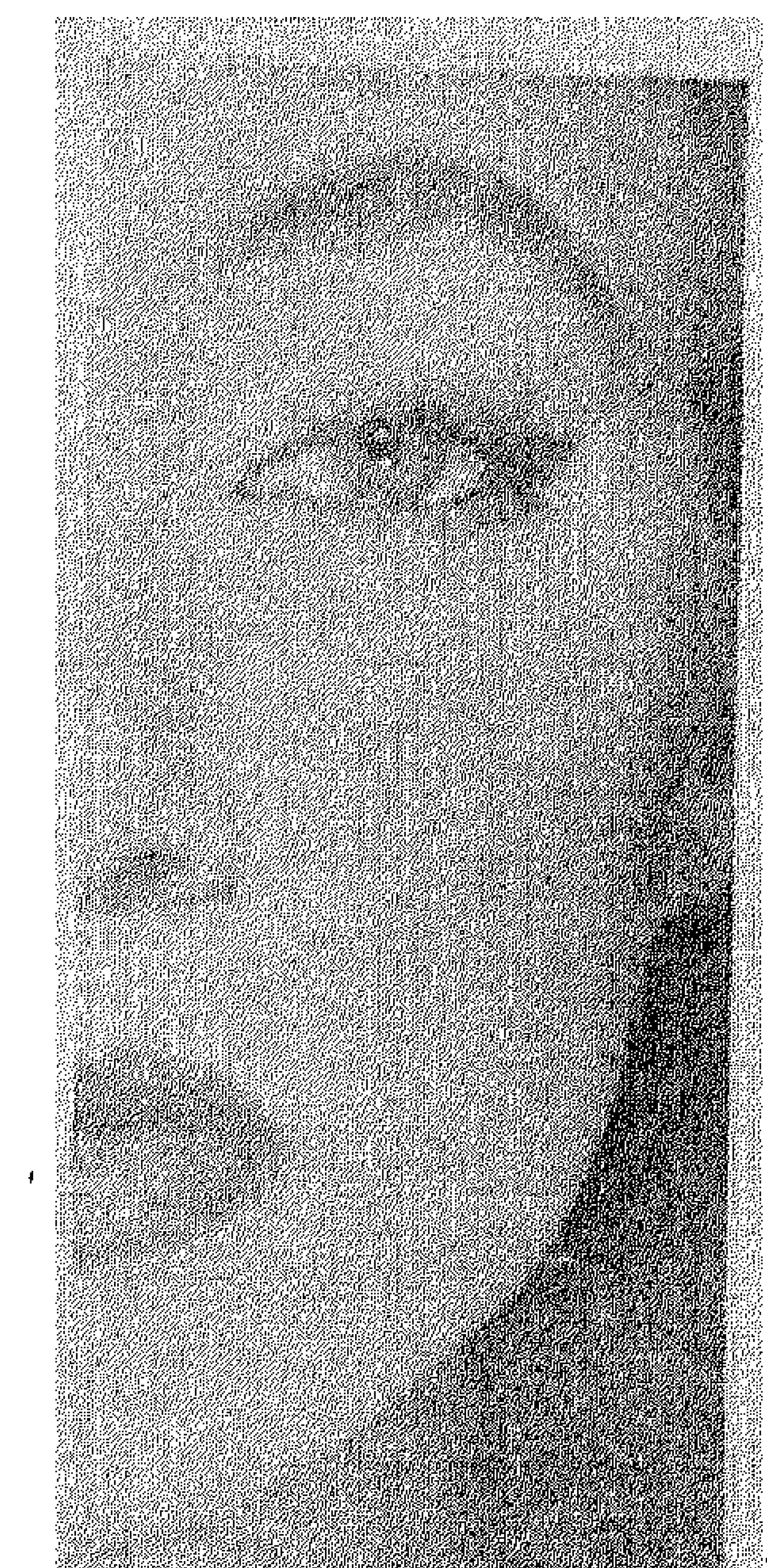
فى جمعية الشـابات المسيحيات

فى زيارة جمعية اليتيم الاردنى

فى الحـرم بالقدس



المجتمع فى شهر



◆ سافرت الى نيوكاسل الانسة عايدة بشاره لدراسة طريقة توزيع الصناعات المصرية ـ جغرافيا ـ والحصول على الدكتوراه فى هذه المادة

◆ ومن اليابان ، تلقت السيدة ماتلدة جريس بعد أن زارت الهيئات النسائية هناك ـ تلقت بيانا عن نشاط المرأة اليابانية ، وكيف دخلت البرلمان وتولت الشئون العامة وسوف تقدم السيدة ماتلدة تقريرا عن هذا الى المسئولين للاهتداء به ·

◆ سافرت الى الحبشة الانسة مونا دوس للاشراف على معهد التدبير المنزلى هناك

◆ تستعد السيدة اميلى بشارات فى عمان لتأليف اتحاد بنت الاردن على أن يكون على غرار اتحاد بنت النيل ·

◆ كان فى مصر وعاصمة مصر هذا الشهر أربع ملكات للجمال :

١ ـ ملكة جمال باريس ، مس دانييل بأنيفال وعمرها ٢٧ سنة

٢ ـ ملكة جمال النرويج ، مس جريد هستاد وعمرها ٢٥ سنة

٣ ـ ملكة جمال البحر الابيض ، مارتن جريمويرز وعمرها ٢٦ سنة

٤ ـ ملكة جمال العالم ، مس كيكى هاكنسن وعمرها ٢٢ سنة ·

◆ جاءت الى مصر طالبات من الصومال لطلب العلم فى المدارس والمعاهد المصرية ·

◆ انتدبت السيدة البتول محمد عيسى نائبة عميدة مدرسة القابلات بأم درمان والسيدة حواء على بصير لتمثيل السودان فى مؤتمر القابلات الدولى الذى سيعقد بجامعة لندن وهذا أول مؤتمر عالمى تشترك فيه المرأة السودانية ·

◆ تقوم بعض المنظمات النقابية الممثلة لاكثر من مليون من المشتغلات بالاعمال الحرة فى بريطانيا بحملة فى سبيل مساواة النساء بزملائهن من الرجال فى الاجور عن الاعمال المتساوية وهى تعد التماسا بذلك سيقدم الى البرلمان يوم ٩ مارس ··

◆ قضت احدى المحاكم المدنية الفرنسية بالسجن سنة ضد السيدة فيوليت برادشو بتهمة ارتدائها ملابس الرجال بقصد تزييف شخصيتها النسائية بشخصية الرجال !

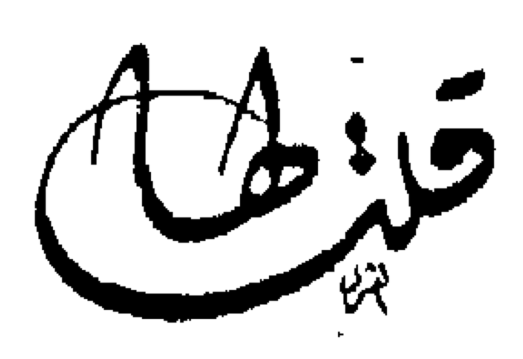
◆ تجرى فى الاردن الاستعدادات لاشتراك نساء الاردن فى الحرس الوطنى على أن يتم ذلك بنسبة ٥ من النساء الى كل مائة رجل فى الحرس الوطنى ··



من اليمين الى اليسار : الدكتور احمد حسام الدين سكرتير عام جامعة القاهرة والاستاذ محمد زكى عبد القادر والدكتور عبد الحميد الدواخلى والدكتورة درية شفيق والدكتور عبد المنعم بدر عميد كلية الحقوق ثم الاستاذ يوسف فهمى



هل تصدق ان عددا كبيرا من سيدات مجتمعنا الراقى لا يقران الجرائد اطلاقا ؟ هـــل تصدق ان بعضهن لا يعرف شيئا عما يدور فى الداخل والخارج من آحداث ؟ وأن لا هم لهن الا تسقط اخبار الجيران والمعارف والاصدقاء ؟ والتحدث عن زيزى التى اشترت معطفا من الفـراء بثلاثمائة جنـيه ، فى حين أن زوجها لا يزيد مرتبه عن الستين جنيهـــا !.. وعن ستسن التى تمضى يومها بالنادى غير عابئة بتربية أولادها ولا مهتمة بطعام زوجها ولا باعداد ملابسـه .. وعن سوسو تلك العـــانس المتصابية التى ما زالت تبحث عن زوج تغيظ به صديقاتها .. انها تؤمن الايمان الذى لا يخالجـه شك بأن الرجال يفضلون المال على الشباب والجمال !.. وعن ميمى ذلك الشاب المفتول العضلات الذى يعيش عالة على والديه .. انهن يكتفين بعالمهن الصغير ، عالم القيل والقال. أما الحوادث التى تقرر مصير الانسانية فهى عندهن من التفاهة بمكان !



لا ... لا اصدق ما تقولينه فى هؤلاء السيدات . فقـــد شاهدت اكثر من واحدة تتصفح جريدة زوجها الصباحية لتبحث عن باب (اين تذهب هذا المساء) ولتقرأ بعد ذلك اعمدة الوفيـات واخبار المجتمع . انه لا شـك مجهود يشكرن عليـــه ! ولكن الادهى من ذلك أن هناك متعلمات ومتعلمين لا يقراون الصحف الا لماما ولا يطالعون الكتب الا نادرا .. هناك بعض خريجى وخريجات الجامعة قد طلقوا القراءة طلاقا بأننا مكتفين بما حصلوه من علم ومعرفة أيام الدراسة .

خليل صابات

امتحن معلوماتك التاريخية



١ ـ ما اسم أهم طائفة دينية فى المملكة الليبية ؟
أ ـ السنوسية .
ب ـ الباطنيه .
ج ـ الاسماعيلية .

٢ ـ ما اسم الدولة التى تسيطر على ولاية فزان فى مملكة ليبيا ؟
أ ـ انجلترا .
ب ـ أمريكا .
ج ـ فرنسا .

٣ ـ ما اسم الولاية التى يتركز فيها الايطاليون فى ليبيا ؟
أ ـ فزان .
ب ـ طرابلس .
ج ـ برقة .

لا داعى لأن تعابسى

قرأت خبرا في احدى مجلاتنا الاسبوعية هذا نصه: كتبت سيدة أمريكية لاحدى الصحف تقترح أن تفرض السلطات بطريقة ما ضريبة معينة على الاشخاص الذين



يطلعون على الناس بوجوه عابسة متجهمة دائما فهى ترى أن هؤلاء الاشخاص ـ من الجنسين ـ يتسببون سواء أكانوا يريدون ذلك أم لا يريدون فى تعطيل حركة الانتاج القومى العام ، بمضايقتهم لغيرهم ، ولذا يجب أن يدفعوا ثمن ذلك » .

والخبر فيه طرافة ، ولكن الى جانب هذه الطرافة نجد فلسفة ، وفلسفة عميقة اذا أمعنا التفكير فيه والتأمل فى كل معنى يمكن أن تحويه ألفاظه .

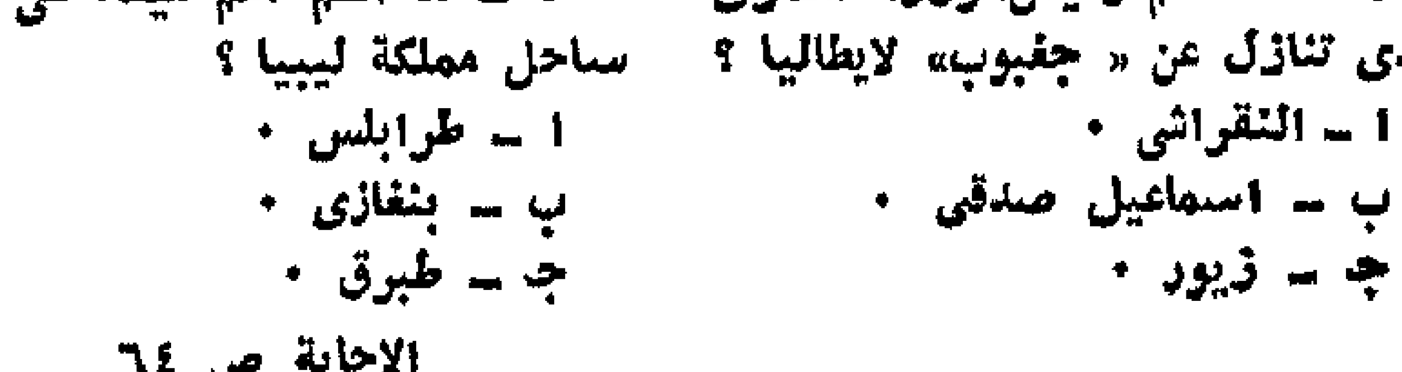
ان مشاغل الحياة قد كثرت فى عصرنا هذا حتى لم يعد هناك انسان يستطيع أن يقول ان وقته يمكن أن يكفيها .. وما من فرد يقابله الانسان الا وهو فى عجلة وسباق عنيف مع الزمن بينما الحقيقة هى أنه مهما أجهد نفسه فلن يستطيع أبدا أن يفوز فى هذا السباق .

الجوهر الاكبر الذى تلف حوله الحياة وتدور يقول انه ليس بالامكان سبق تيار الحياة ، كما أنه ليس بالامكان الوقوف فى وجه هذا التيار، وان الحكمة كل الحكمة فى السير مع هذا التيار ، وان النجاح كل النجاح هو ادراك هذه الحقيقة الخالدة ...

ولكننا نعود فنقول ان قلة من الناس هى التى تفهم انه مهما طال المطاف فلا مناص من الوصول الى هذه الحقيقة فى آخر الشوط ... وقد يقول قائل : ولماذا اذن هذه الاختراعات الكثيرة ؟ لماذا ولماذا ؟؟ الخ ..

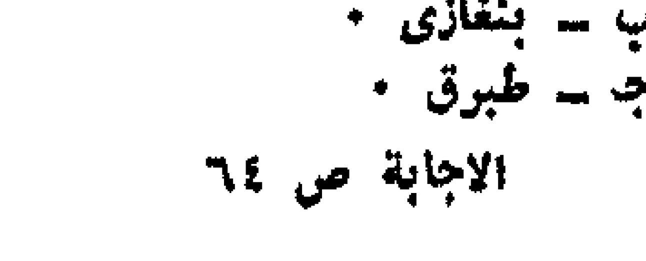
وسنرد عليه بأن كلامنا ليس معناه أن يقف العقل البشرى والمجهود الانسانى عن العمل والانتاج لان تيار الحياة لا يمكن أن يقبل هذا الوقوف وانه دائب فى سيره الى الامام ومجرد الاندفاع معه فى طريقه يستلزم الجهاد والتعب ولذا فلا بد من العمل ولا بد من الانتاج .

ان ما أريد أن أصل اليه هو ان العمل فريضة من فرائض الوجود وان التعب أصل من أصول الحياة فما دامت هناك حياة فلا بد



٤ ــ ما اسم رئيس الوزراء المصرى الذى تنازل عن « جغبوب» لايطاليا ؟
ا ــ النقراشى .
ب ــ اسماعيل صدقى .
ج ــ زيور .

٥ ــ ما اسم اهم ميناء على طول ساحل مملكة ليبيا ؟
ا ــ طرابلس .
ب ــ بنغازى .
ج ــ طبرق .



الاجابة ص ٦٤



من العمل والموت وحده هو الذى يضع حدا للعمل ..

وعلى هذا فلا داعى أبدا لان تعبسى يا سيدتى وأنت تعملين ولا داعى أبدا لان تلقى زوجك وأبناءك وزميلاتك صباح كل يوم « والتكشيرة » التقليدية منطبعة على أساريرك ..

ولا داعى أبدا لان تعتقدى أن العمل من لوازمه هذه « التكشيرة » العابسة وهذا الجو الخانق المثير للاعصاب المقبض للنفس الذى تثيره هذه التكشيرة ..

ان العمل هو الحياة فاذا كنت مقتنعة بأنك حية وراغبة فى الاستمرار فى الحياة فلا بد لك من لقاء الدنيا بوجه آخر غير هذا الوجه العابس وبأسارير باسمة ضاحكة فيها حركة الحياة واندفاع الزمن ..

اننا نؤيد هذه السيدة الامريكية التى اقترحت على السلطات أن تفرض على الاشخاص الذين يطلعون على الناس بوجوه عابسة ضريبة معينة ..

فهذه السيدة تفهم الحياة ولا شك، وتدرك كنه الوجود بلا ريب ..

ولو استطعت أن تكونى مثلها لنعمت بالسعادة ولاستمتعت بالحياة التى يصورها الناس قبيحة متعبة بينما هى فى الواقع جميلة طلقة متفتحة لمن يفتح قلبه وأساريره لها ..

والان ما رأيك فى اقتراح بسيط ندعوك الى تنفيذه ونشره بين صديقاتك وقريباتك ومعارفك !

ما رأيك فى أن تفرضى على نفسك أولا ثم على كل المحيطين بك ثانية ضريبة بسيطة أو غرامة تافهة هى نصف قرش عن كل تكشيرة فى غير موضعها .. ومارأيك فى تجميع حصيلة هذه الضريبة أو الغرامة فى « حصالة » صغيرة واستخدامها نهاية كل شهر أو أسبوع فى الترويح على النفس بالذهاب الى السينما، أو التنزه فى حديقة من حدائق الملاهى وما الى ذلك من ألوان الترفيه ..

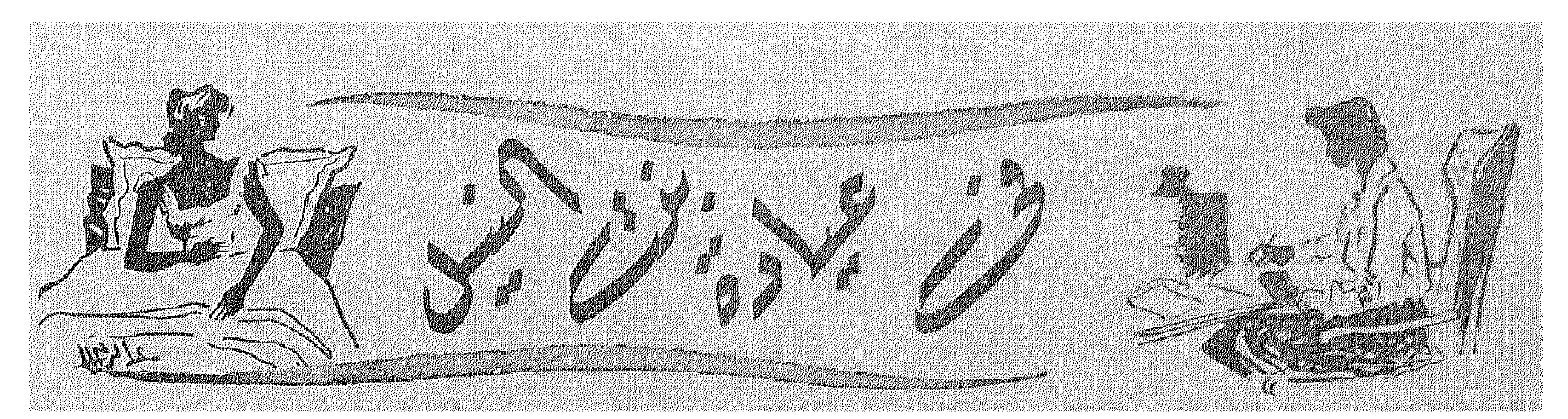
اننا ندعوك الى الاخذ بهذا الاقتراح وتنفيذه ثم الكتابة لنا بالنتيجة بعد شهر أو شهرين .. ونحن فى الانتظار .

ا . خ .

فى اتحاد بنت النيل



زارت اخيرا السيدة تحية كاريوكا دار اتحاد بنت النيل وترى فى الصورة وحولها السيدة حرم الاستاذ محمد عبد القادر حمزة والدكتورة درية شفيق وحرم الاستاذ مصطفى الفلكى والسيدة سميحة شكرى



دردشة عن تحديد النسل

للدكتور مصطفى الديوانى

شغل موضوع تحديد النسل أذهان المجتمع أخيرا وتضاربت آراء رجال الدين ورجال الاجتماع حول سلامة الدعوة الى تحديد النسل فى ... حرم الدين فيه قتل ... التى حرم الله قتلها الا بالحق .. وفى وسط هذا المعمعان يمكن الخروج بنظرية بسيطة سليمة وهى ان الاكثار من النسل فى بلد فقير محدود الموارد جريمة اجتماعية كبرى، وان التقصير فى ارشاد الناس الى طرق تحديده جريمة لا تغتفر . فيجب أن نقف فى وسط الطريق .. لا اباحية ولا تزمت بل انشاد لما فيه المصلحة ..

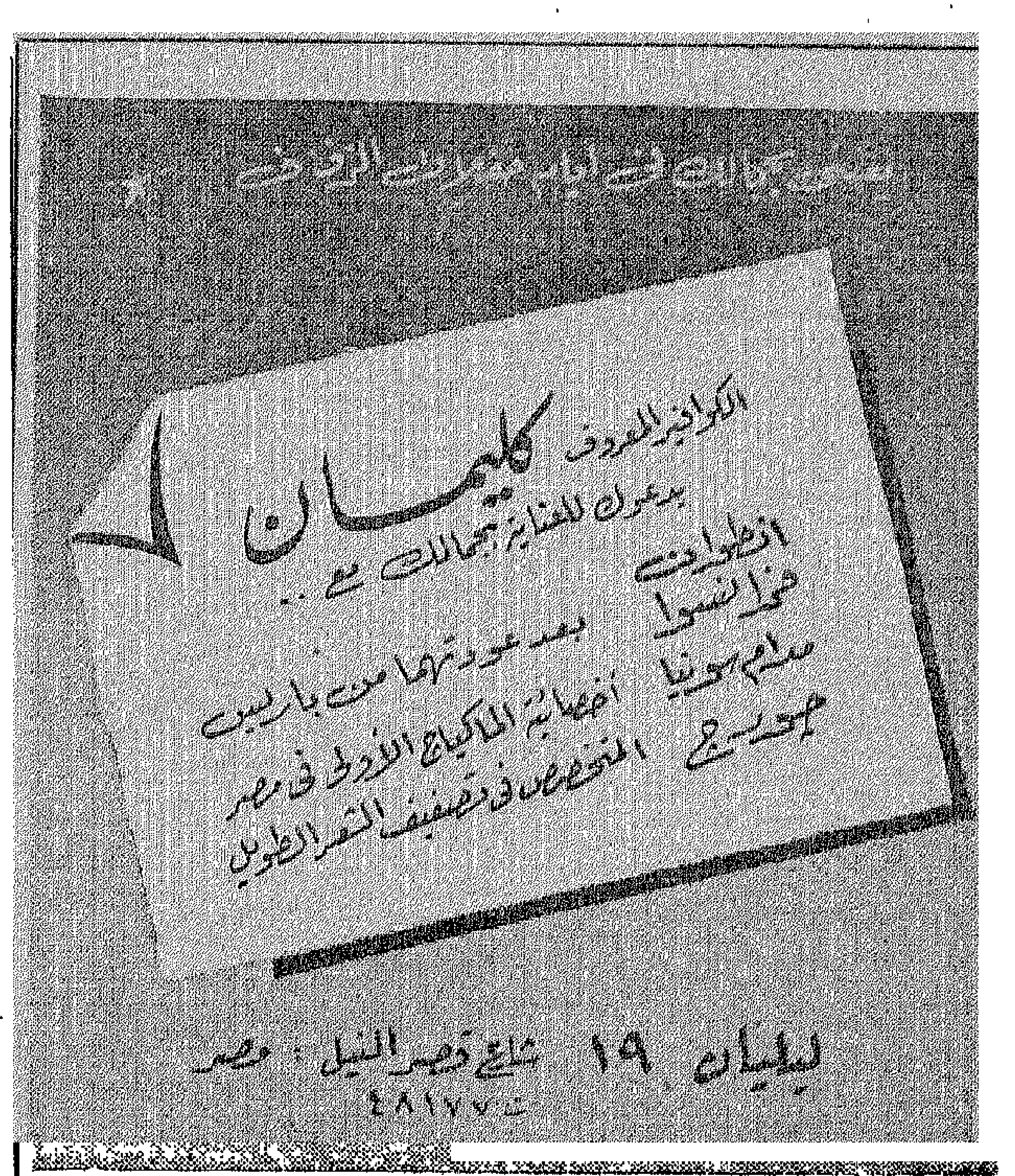
فالزوج المثقف محدود الدخل تفزعه كثرة الاولاد ويود لو أرشده المتخصص الى وسيلة لتحديد الذرية ، وتتغلب عليه غريزة حب النفس فيختار من الطرق ما لا يتعارض مع ارواء غريزته الجسمية حتى الثمالة فيلقى العبء على الزوجة المسكينة لتستشير طبيبها ليصف لها لبوسا أو غسيلا مهبليا ، تستعمله وهى خائفة جزعة لان نتيجتها غير مضمونة وخطر الحمل معها كبير .. فتضطر فى معظم الحالات اذا وقعت الواقعة وحدث الحمل أن تلجأ الى اجهاض نفسها معرضة حياتها للخطر أو تستمر فى الحمل تسعة أشهر طوال تقاسى فيها الامرين حتى تلفظ جنينها فى

ومن رأيى أن أحسن الوسائل لمنع الحمل هى التى يستعملها الرجل ، ولكنه فى الغالب تتغلب عليه الانانية ويرفض استعمال أى وسيلة تقطع عليه تيار متعته، مع أنه يجب أن يعلم أن الحياة الزوجية أساسها تبادل التضحية والمنفعة ، فيوم عليه ويوم على الزوجة ، والله يحب كل تعاون على البر والتقوى وهل هناك بر أكثر من أن يبر الزوج زوجته وأن يتقى الله فى صحتها وعافيتها .

واياك يا سيدتى وما يسمونه « الفترة الامينة » أى ما يعتقده الكثيرون من أن الحمل لا يحدث خلال أيام معينة من الشهر ، فيقولون مثلا انه لا داعى لاستعمال موانع الحمل قبل الطمث الشهرى أو بعده بأسبوع . أو أثناء الرضاعة من الثدى ، فتهمل الام فى الاحتياط على أنها لن تحمل ما دامت ترضع طفلها ، وكم من حوادث حمل حصلت فى هذه الفترات الامينة .. بل قد يحدث الحمل أثناء أيام العادة الشهرية نفسها .

فلا تعتمدى يا سيدتى الاعتماد كله على الاقراص واللبوسات والغسولات المهبلية ، وضعى نصب عينيك انه ليست هناك فترة أمينة ، بل انك عرضة للحمل فى أى يوم من أيام الشهر بما فى ذلك أيام العادة الشهرية .

دكتور مصطفى الديوانى



لحاملة هذا الاعلان خصم ٥٠ ٠/٠ للبرمانتت والصبغة

إبتسامتك يا سيدتى

لطبيب بنت النيل

لكى تكونى ساحرة، يجب أن تكونى جميلة لطيفة ، ولن تكونى جميلة لطيفة الا اذا عرفت كيف تبتسمين . ومعنى الابتسام هى أن تفرجى عن أسنان لؤلؤية ناصعة بشفتين حلوتين جميلتى الرسم والتكوين .

ولا يساورك الخوف من صعوبة بتحقيق هذا الامل الخلاب . فما عليك الا أن تعتنى بأسنانك عناية يومية كما يعتنى بها الجميع :

١ ــ تخيرى فرشاتين للاسنان على شرط أن تكونا

خشنتين . وهكذا تبقى احداهما جافة دائما .

٢ ـ استعملي معجونا من صنف جيد وكفى . ولن يساعدك فى اختيار المعجون الا طبيب الاسنان الخاص ، فهو يعرف ان كل أنواع المعاجين طبية، ولكنه سيحدد منها النوع الذى يلائم أسنانك ولثتك .

٣ ـ تفريش لاسنان يجب أن يكون رأسيا، وليس أفقيا ، وهذه غلطة شائعة عند لجميع .

٤ ـ لا تهتمي كثيرا ببعض نقط من الدم قد تتساقط من اللثة من فرط تفريشها فأنها قد تكون غير متعودة هذا الاحتكاك المتعب ، ومن ثم سيصبح الامر طبيعيا وستتعودان ـ دون دماء ـ هذا العلاج .

٥ ـ عليك بمضغ الطعام مضغا جيدا ، فهذا هو خير وقاية ضد تسويس الاسنان فاذا ما أحسست ألم فى أسنانك فبادرى بزيارة طبيب الاسنان حالا .

وعليك أن تعلمى أن طب الاسنان قد تقدم فى هذه الايام تقدما كبيرا ، فلا آلام فى أية عملية ، وهناك أسنان ذهب أو صلب قد لا يناسب قسمات فمك أو وجهك .

٦ ـ عليك باستشارة طبيب الاسنان مرتين فى العام على الاقل لفحص أسنانك فحصا كاملا . وهذه فرصة جميلة ليقوم طبيبك بتنظيف دقيق شامل .

٧ ـ وعليك أخيرا بمراقبة أسنان أطفالك ، فقد لا تنمو واحدة ، أو تقع واحدة ، أو تسود ، وبادرى بالعلاج السريع فانهم سيدينون لك لذلك بفضل كبير ، سيقدرونه لك فيما بعد .

عيادة بنت النيل تعالجك مجانا

يصعب أحيانا على طبيب بنت النيل تشخيص المرض بالمراسلة ، حيث ان كثيرا من الحالات تستوجب فحص المريض . وطبيب بنت النيل على أتم استعداد لتقديم خدماته مجانا لقارئات المجلة . اكتبى لنا عما تشكين لنعرضه عليه فى أول فرصة ويحدد لك موعدا ان كانت الحاجة تستلزم ذلك .

صور من النشاط الاجتماعى

(بقية المنشور ص ٧)

ومن صور لنشاط حرم الرئيس اللبنانى نقدم هذه الصورة لاحدى المؤسسات الاجتماعية التى ترعاها فقد وجدنا أن عدد هذه المؤسسات من الكثرة بحيث لا نستطيع نقلها جميعا هنا ولذلك فسنكتفى بالاشارة اليها، فمنها جمعية العناية بالطفل، وجمعية رعاية الطفل اللبنانى والجمعية النسائية لحلبة الملك سعود الاجتماعية ببيروت وهى تقوم بالدور الذى تقوم به بنت النيل فى مصر لمكافحة الامية بين النساء اللوائى فاتهن سن التعليم وجمعية تأمين العمل للاجئى فلسطين واسمها يدل ولاشك على أغراضها العظيمة لايجاد أعمال شريفة للاجئات ولاجئى فلسطين وهذه الجمعية تضم أقساما لتعليم الاطفال وتدريب الفتيات على المهن النسائية وجمعية اقالة العاثرات وهى جمعية خيرية تسعى لانقاذ العاثرات . وهناك تسع جمعيات أخرى منتشرة فى لبنان تجمعها رابطة جمعيات الاحياء النسائية .

ومن ذلك يتضح لنا مدى اهتمام المرأة اللبنانية برسالتها نحو العمل على الارتفاع بمستوى مجتمعها ونشر الخير والصلاح فيه .. وهذا ولا شك طابع المرأة المتحررة المتقدمة ..

اشتراكات مجلة بنت النيل

م	
١٠٠	**الاشتراك السنوى فى مصر والسودان**
١٥٠	**الاشتراك السنوى فى البلاد العربية**
٢٠٠	**الاشتراك السنوى فى الخارج (أو مايعادلها)**

اختارت مصلحة السياحة عددا من الفتيات لمرافقة السياح الاجانب اثناء زيارتهم لمصر

الترجمانة ــ والهرم ده فاضل فيه شـويه .. لكن السنة اللى جاية تيجو تلاقوه خلص ..



كان الانجليز فى القـرن السادس عشريسيئون معاملة خدمهم ، وقد قرأت لك كتابا صدر أخيرا يصف الحيـاة اليومية لهذا الشعب فى ذلك العصر ، اقتطف منـه قانونا وضعه أحد الاقطاعيين لتأديب خدمه جاء فيه :

« ليس لاى خادم أن يتغيب أثناء صلاة الصباح أو المساء والا عرض نفسه فى حـالة عدم قبول عذره لغرامة قدرها « بنى » واحد . »

وكان على الخادم ألا يمكث فى فراشه الى ما بعد الساعة السادسة صباحا والا يكون خارجا عنه بعد السـاعـة العاشرة مساء ان كان الوقت صـيفا . أما ان كان الوقت شتاء فكان عليه ألا يظل فى فراشه بعد السابعة صباحا ولا خارجة بعد الساعة التاسعة مساء بدون عـذر مقبول والا اضطر أن يدفع غرامة قدرها بنسان . وكان ينبغى عـلى الخادم أيضا ألا يعلم الاطفال القبائح والشبـتائم وحلف الايمان والا جـوزى بدفع غرامة قدرها أربعة بنسات . وان كسر خادم زجاج نافذة دفع ثمنها مخصوما من أجره وان لم يكتشف الخادم الذى كسر الزجـاج دفع رئيس الخدم ثمنه .

وليس للخادم أن يتغيب عن مكان عملـه فى أوقات العمل والا عرض نفسـه لغرامة قدرها أربعة بنسات . وان تضارب خادمان فصلا من عملهما فى التو واللحظة وان تشاتما دفعا اثنى عشر بنسا وليس للخادم أن يمـازح الخادمات والا كان جـزاؤه خصم أربعة بنسات من أجره وعلى الخادم أن ينظف قاعة الاستقبال يوميا فى الساعة الثامنة شتاء والسـاعـة السابعة صيفا والا جـوزى بدفع « بنى » واحد .

وكان هذا الاقطاعى يخصم هذه الغرامات من أجور خدمه كل ثلاثة أشهر ويوزع المبلغ المتجمع على الفقراء والمحتاجين من أهل الناحية .

وكان من عادة الخدم أو من الواجب عليهم اذا ماجلس سيد البيت الى مائدة الطعام أن يخف أحدهم اليه ويعلق حول عنقه الفوطة . وكان على خادم آخر أن يعد المـائدة فيضع الملح والخبز وأدوات الأكل المختلفة . وان قصرت الخادمة فى أداء واجبهـا ضربت بالعصا ضربا مبرحا !

زرقاء اليمامة

الجمال في ٢٠ ثانية ..!

ان النجوم في هوليوود اصبحن الآن يخرجن مبكرات ساعة قبل موعدهن العادي من الاستوديو ، بعد الانتهاء من ادوارهن

ولما سئلت عن ذلك كل من آفا جاردنر وسيليفيا سيدني ومارجرين لندساي وجلوريا جراهام وجاني جرانت ومارجريت شمبان ، اجبن مؤكدات بان الباعث للخروج من العمل بهذه السرعة لم يكن قط من التهاون او التعب بل كان في الواقع من عدم احتياجهن الى التأخر بسبب ازالة ماكياجهن او اعادة وضعه .

ذلك لان بقاءهن تحت انوار المصابيح الكاشفة وانتقالهن الى الخارج تحت أشعه الشمس القوية لم يعد لهما اى تأثير على ماكياجهن ما دمن يستعملن – بان ستيك – ذلك الماكياج الحديث العجيب الذى احدث ثورة هائلة في هوليوود مالبثت ان اجتاحت الى فرنسا باسرها حتى وصلت الآن الى

ويمتاز هذا الماكياج – كريم – بما يشتمل عليه من الوان طبيعية متعددة («بان» هى مختصر كلمة بانكروماتيك) لا يتأثر اى لون منها بفعل الاضاءة مهما اختلف نوعها . اما طريقة تركيبه التى تشبه في الشكل قلم الروج (ومن ثم جاءت كلمة ستيك) فهى تتألف من حافظة لها غطاء وبأسفلها قلاوظ يجعلها سهلة الاستعمال . ودائما في متناول اليد، داخل الشنطة، بحيث ان عشر ثوان تكفى لعمل الرتوش ، وعشرين ثانية لوضع ماكياج كامل .

جمال ساحر في ظرف عشرين ثانية .. ! ما رايكن في ذلك يا سيداتي ؟ انتن يا من يتعرضها كل صباح ، لخطر الوصول الى العمل متأخرات !

اليكن ما قالته السيدات اللواتى قد سبقنكن في تجربة البان ستيك ...

في استطاعة كل سيدة ، حتى التى تعوزها الخبرة ، ان تنجح في وضع ماكياجها منذ الوهلة الاولى

فعشرون ثانية فقط تكون كافية لوضع بضع لمسات خفيفة على الجبهة والانف والخدين والذقن ثم تفرش وتمسد ببساطة على الوجه كله . بعد ذلك ، ما قولكن هذا كل ما في الامر

ان ضباب البودرة حتى اذا كان موصوفا ففي الامكان الاستغناء عنه ، لان البشرة على حالها ستأخذ مظهرها الطبيعي وتبدو في نعومة الساتان

حقا انها لثورة في عالم الماكياج !

كيف تبرزين جمال ثوبك ؟

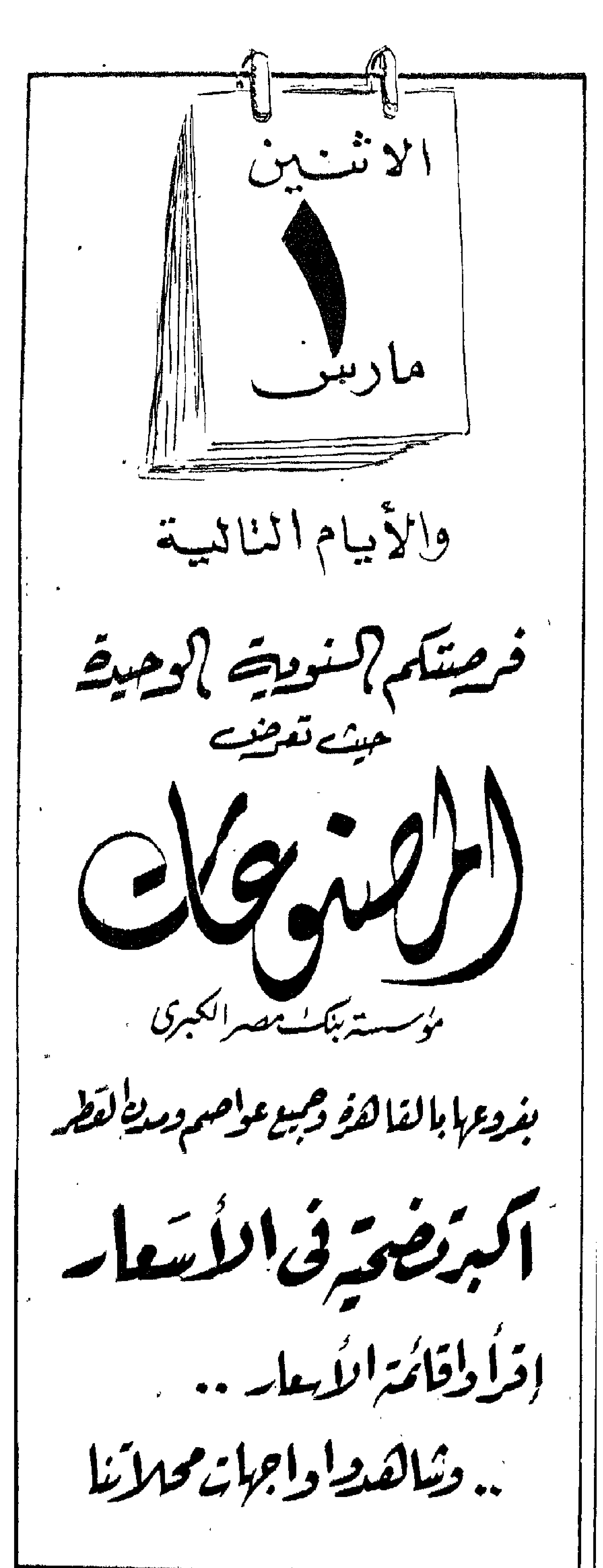
لا يكفي أن يكون الثوب جميلا . ولا يكفي أن تكوني أنت جميلة . بل يجب أولا وقبل كل شيء أن تعرفي كيف تقفين وكيف تمشين وكيف تجلسين لتبرزي محاسن ثوبك

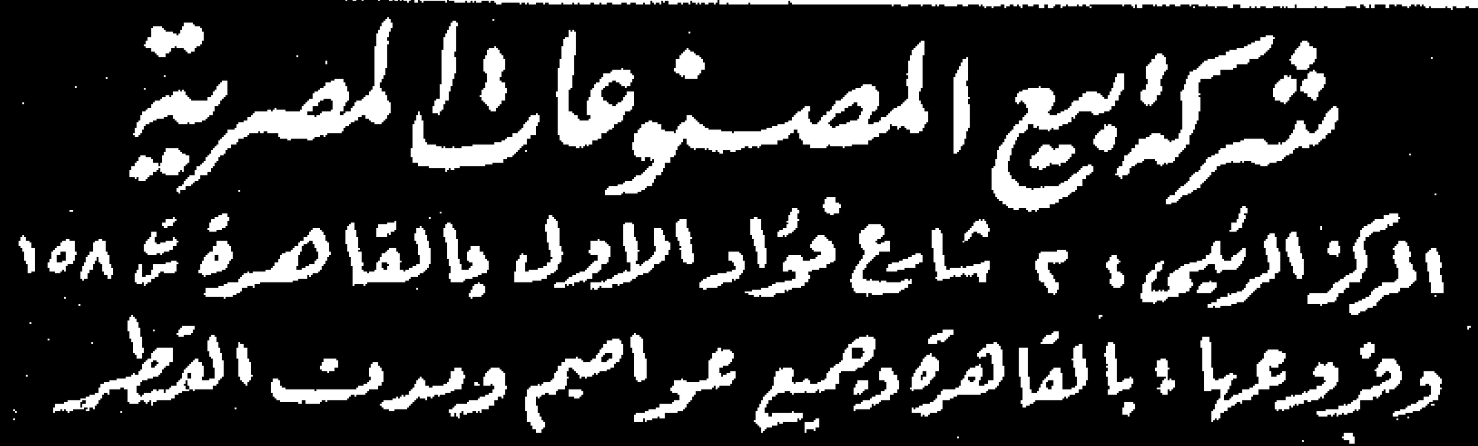


هكذا وقفت هذه الحسناء ليبدو ثوبها جميلا . ان الوقفة المصطنعة تفسد كثيرا من جمال ثوبك مهما تبلغ مهارة خائطته

هل تريدين بهدلة ثوبك ؟ قفى اذن هذه الوقفة . انها تخفى جمال هذا الثوب وتبرز بطنك اياك اذن وهذه الوقفة

ما هذه الجلسة المضحكة ، انك لم تعودى فتاة فى العاشرة من عمرها . ان مصممة هذا الثوب سوف تبكي حين ترى فستانك بهذا الوضع







لماذا تقفين هكذا ؟ انك تفسدين شكل الثوب الذى ترتدينه · اعدلى ساقك اليسرى وانزلى يدك ليعود الى ثوبك رونقـــه



انها بلا شك مريحة تلك الجلسة التى تجلسينها لكنها سوف تقلب شكـــل فستانك رأسا على عقب ·

ا . . . ب . . . الجمال

ليس هناك أسهل وأصعب من عمل ماكياج يظهر الوجه على طبيعته ودون أن تكون صاحبته في حاجة الى تجديد هذا الماكياج كل ساعة من ساعات النهار ليظل الوجـــه محتفظا برونقه •

وان أول شرط من شروط التجميل الصحيح هـــو أن نختار مستحضراته من أعلى صنف•الا أن هذه المستحضرات مهما تبلغ من حدود الكمال فانها لا تأتي بفائدتها كاملة الا اذا كانت البشرة سليمة •

لذا وجب علينا تخليص البشرة من كل جسم غريب ولا يتأتى هذا الا اذا كلفنا احدىاخصائيات التجميل بالعنـــاية بها بين الحين والاخر • فقد اكتشفت طرق حديثة للعناية بالبشرة واعادة شبابها اليها •



ويجب علينا دائما قبل عمل الماكياج مباشرة أن ننظف البشرة بلبن خاص يهدىء ويريح عضلات الوجه وان نغير القطنيةكلما اتسخت الىان تصيربيضاء اللون•ومن ذلك يتضح ان الماكياج لا يؤدى رسالته الا اذا كانت البشرة خالية تماما من كل عيب •

وعلينا بعد ذلك أن نعرف مدى التغير الذى يصيبنا من جراء استعمال الماكياج • وتقدم مثلا لذلك ممثلى وممثلات السينما • فان فى استطاعة الماكيير أى الشخص المكلف بعمل الماكياج جعل الجميل قبيحا والقبيح جميلا • وهكذا نرى أن فى امكاننا لو عرفنا كيف نستخدم الماكيـــاج على أصوله ، ان نخفى عيوب وجهنا ونزيد محاسنه •

وأول ما نشير به عليك أن لاتطلى شفتيك ان كانتا دقيقتين ضعى الاحمر بحيث يملأ ويطغى على الجزء الاوسط • وان كان وجهك مطاولا يجب أن تضعى أحمر الخدين فى وسط الخد ومده الى أعلى الى أن يلامس منابت الشعر • ان وجهك



فى هذه الحالة سيبدو أقل طولا•أما ان كان وجهك مستديرا فما عليك الا بوضع الاحمر الوردى من السالفين الى ثلثى الوجه فيبدو أقل استدارة •

وان كان الخدان داخلان فاياك ان تضعى ماكياج فى هذا الفراغ بل ضعيه على الجزء البارز من الخد • واحرصى دائما على أن تبرزى شخصيتك والا تمحى طابعك الذى يميـــز جمالك وشكلك عن غيرهما •

وغالبا ماتكون قاعدة الماكياج كريما أو لوسيونا خاصا • ويكفى أن نختار لكل بشرة النوع الذى يلائمها • لا ترتكبى هذا الخطأ الشائع الا وهو الغاء كريم الجمال بحجة ان البشرة دهنية • ان كل ما عليك فى هذه الحالة هو أن تضعى كريما خاصا يدخل تركيبه الكافور وان كانت بشرتك معرضة لبروز الشعيرات الدموية الحمراء والزرقاء فيها فلا بد من استعمال كريم مناسب يصفه الطبيب المعالج أو معهـــد التجميل الذى تترددين عليه •

ان كريم القاعدة هذا يجب دهن البشرة به وتجفيفـه خفيفا بواسطة ورق المص الخاص • أما الكريمات الملونة فانها توضع بعناية تامة على الوجه والعنق دون أى تمييز •

ان خديك سوف يتوردان بالكريم لا بمسحوق جاف ليظل أطول مدة ممكنة • ان النصف الثانى من القرن العشرين لم يعد يحتمل المرأة التى تمضى نصف يومها أمام المرآة • اننا فى عصر السرعة •



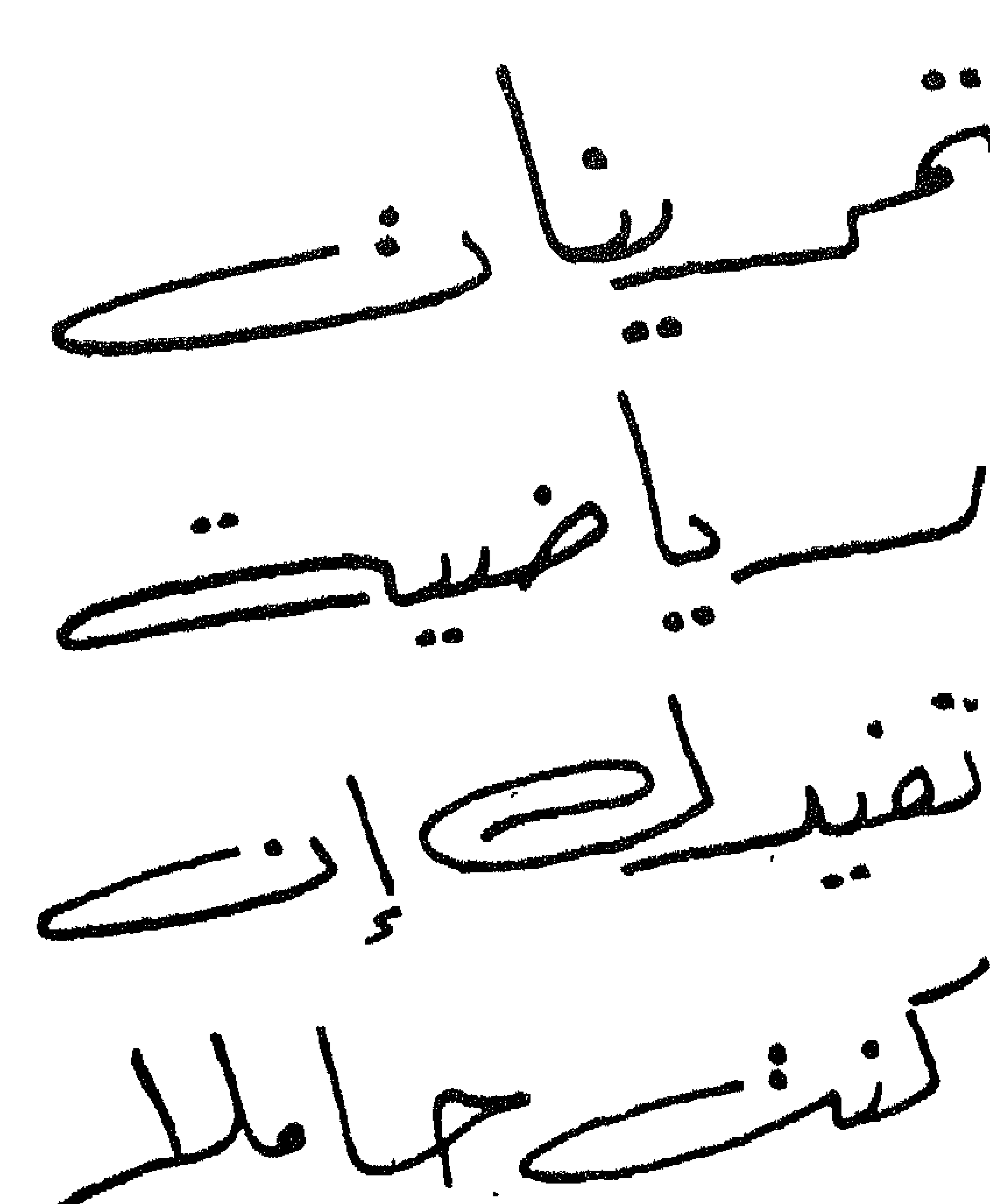
والآن وقد انتهيت من وضع أحمر الخدين عليك بوضع البودرة • رشي وجهك كله بالبودرة حتى شفتيـــك • ان البدارة المصنوعة من الريش أفضل من تلك التى تصنع من الصوف • كذلك استعملي لون البودرة الذى يناسب لون بشرتك • أزيلي البودرة الزائدة من على وجهك بالفرشاة الحريرية الخاصة •

ارسمي الآن شفتيك دون بلهما مستعملة احمر دسما ينسجم تمام الانسجام مع أحمر الخدين ودهان الاظافر • اتبعى شكل فمك الطبيعى • لا تثقلى شفتيك بالاحمر • احترسى من الاحمر الجاف فانه لايصلح الا للبشرات الدسمة• وهناك اقلام خاصة تستخدم فى رسم محيط الشفة قبل تلوينها • وتوجد ايضا الريشة التى تشـــبه تلك التى يستعملها الرسامون • الا اننا نفضل لك أصبع الاحمـــر العادى بغطائه الذى يحفظه من الغبار والميكروبات •

وقد درجت السيدات فى الآونة الاخيرة علىرسم اجفانهن بالقلم مبالغة في الاهتمام بماكياج عيونهن • فان كنت من اللواتي يملن الى هذا النوع من الماكياج يجب عليـــك أن تختارى لهذا الغرض لونا لا يلفت النظر بحيث يتفق مع لون ما تلبسين من ثياب • وانت تخطئين فيما لو استعملت اللون الاخضر على ثوب أحمر أو شريط أزرق •

ونصيحتنا الاخيرة لك هى أن تقومى بهذا الماكياج فى غرفة حسنة الاضاءة والا جاء ماكياجك ناقصا •





ان هذه التمرينات الرياضية تعد الحامل اعدادا نفسيا وفسيولوجيا للوضع وان الحركات التى تجدينها على هذه الصفحة والصفحة المقابلة من وضع الدكتور ج٠د٠ ريد الاخصائى العالمى فى الولادة وأمراض النساء وهى تهدف الى تدريب عضلات البطن وتحريك العمود الفقرى على الحوض ٠ ولسنا فى حاجة الى تنبيهك الى أن هذه التمرينات لا توافق كل جسم وأن عليك ان كنت حاملا أن تستشيرى الطبيب فى تأديتها ٠

ان السيدة التى ترين صورتها على هاتين الصفحتين كانت على ثلاثة أسابيع من الوضع وأنت ترين معنا أنها على أتم أهبة للوضع ٠



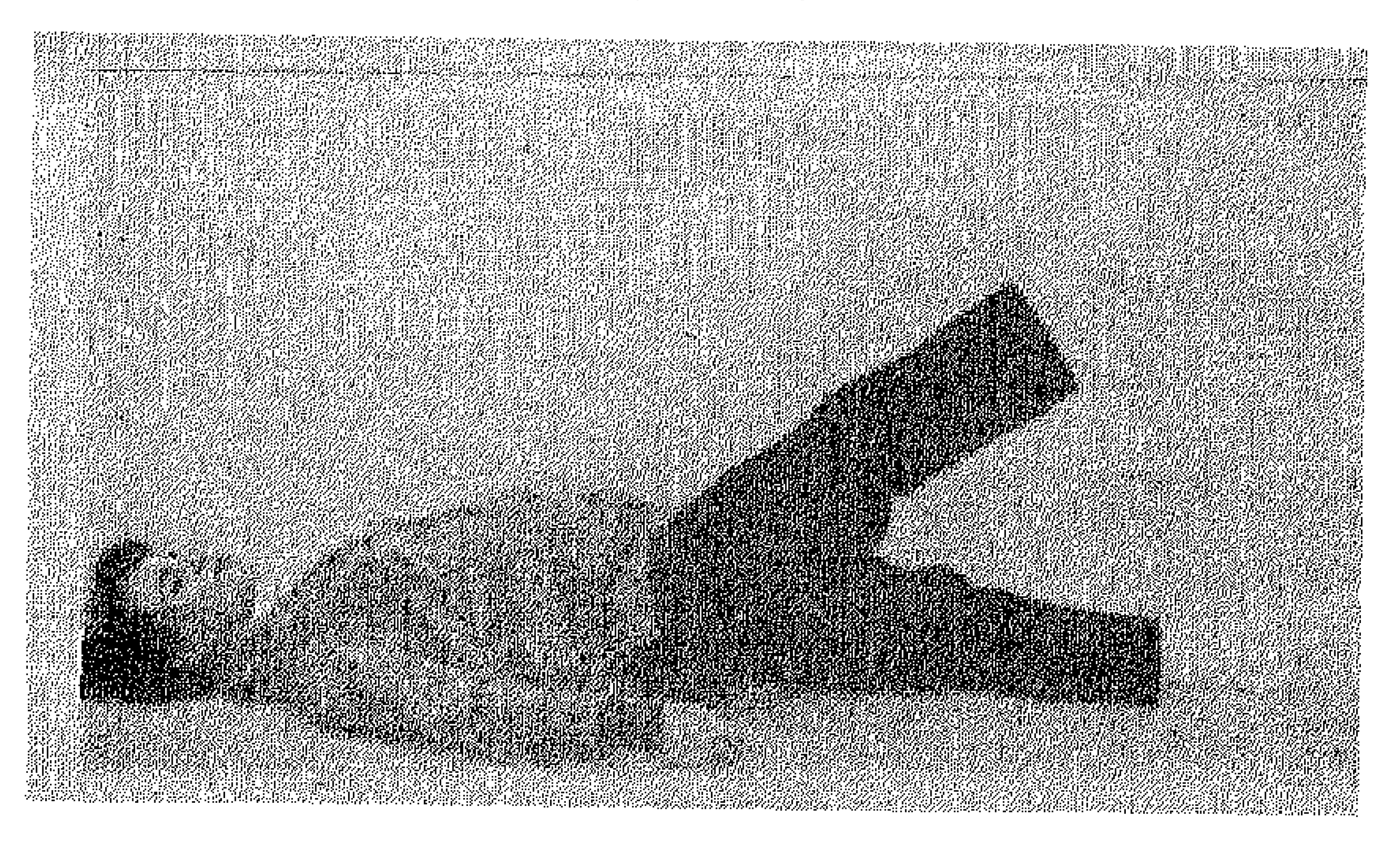
التمرين الاول

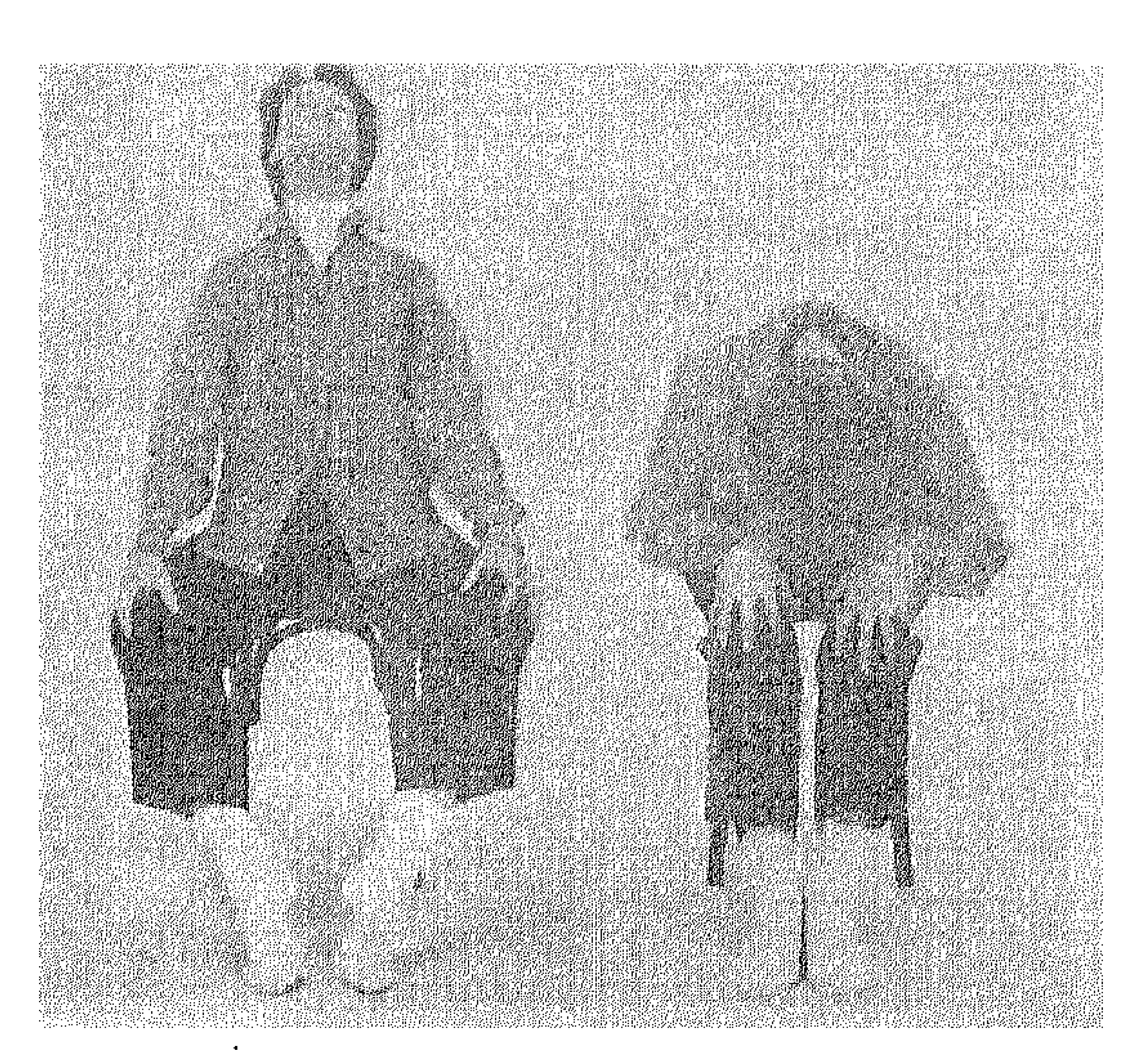
اجلسي على حافة كرسى وقدماك متوازيتان ٠ قومى بحركة شهيق مع فتح الفخذين وتقعير الظهر . قومى بحركة زفير مع ضم الفخذين وثنى الجسم الى الامام ٠



التمرين الثانى

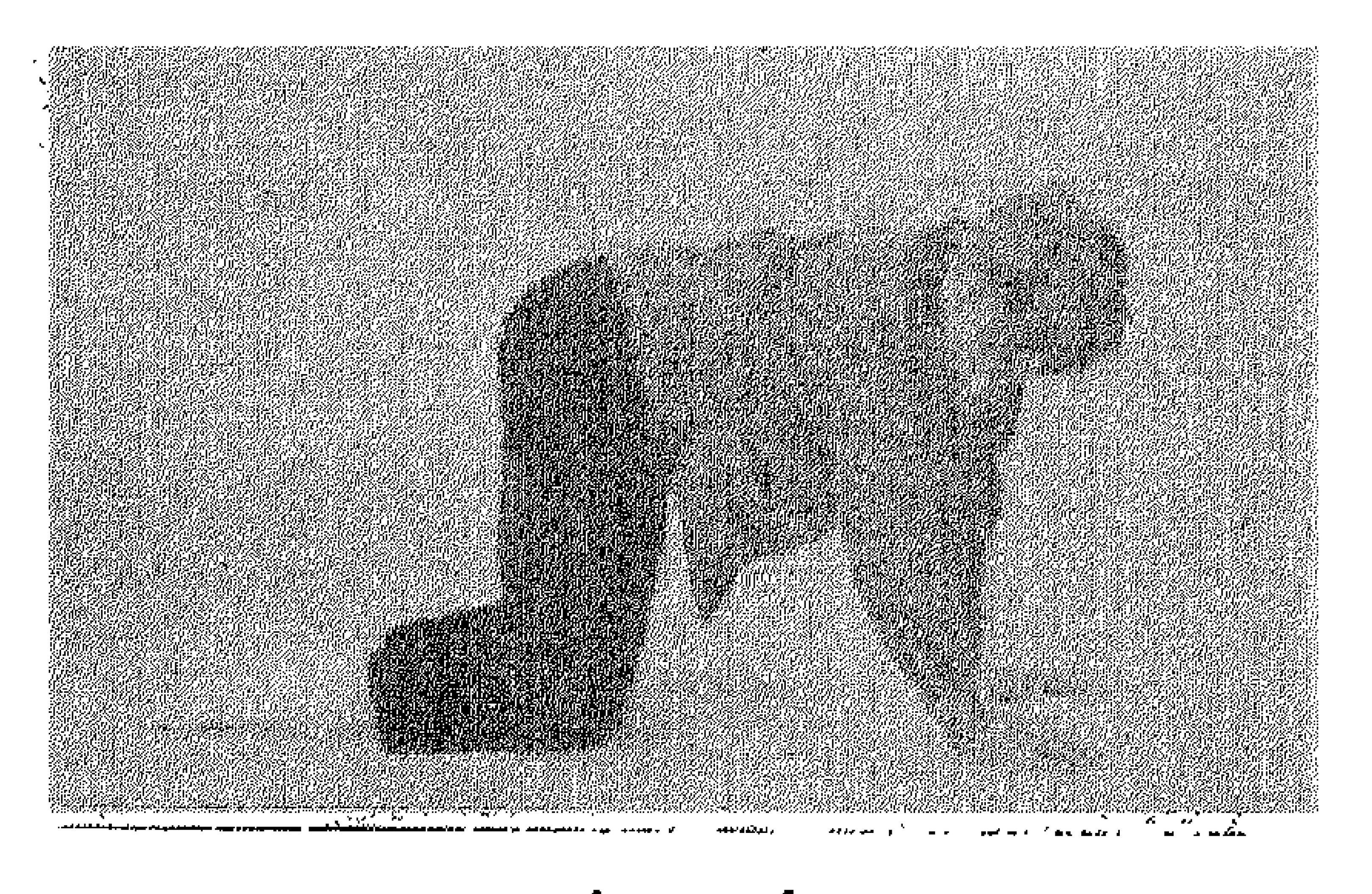
اجلسي على الارض مع وضع اسفل القدم اليمنى فى مقابل أسفل القدم اليسرى . قومي بحركة شهيق مع تقعير الظهر وبعملية زفير مع تقويس الظهر . اجعلى المرفقين نضغطان على الفخذين ٠





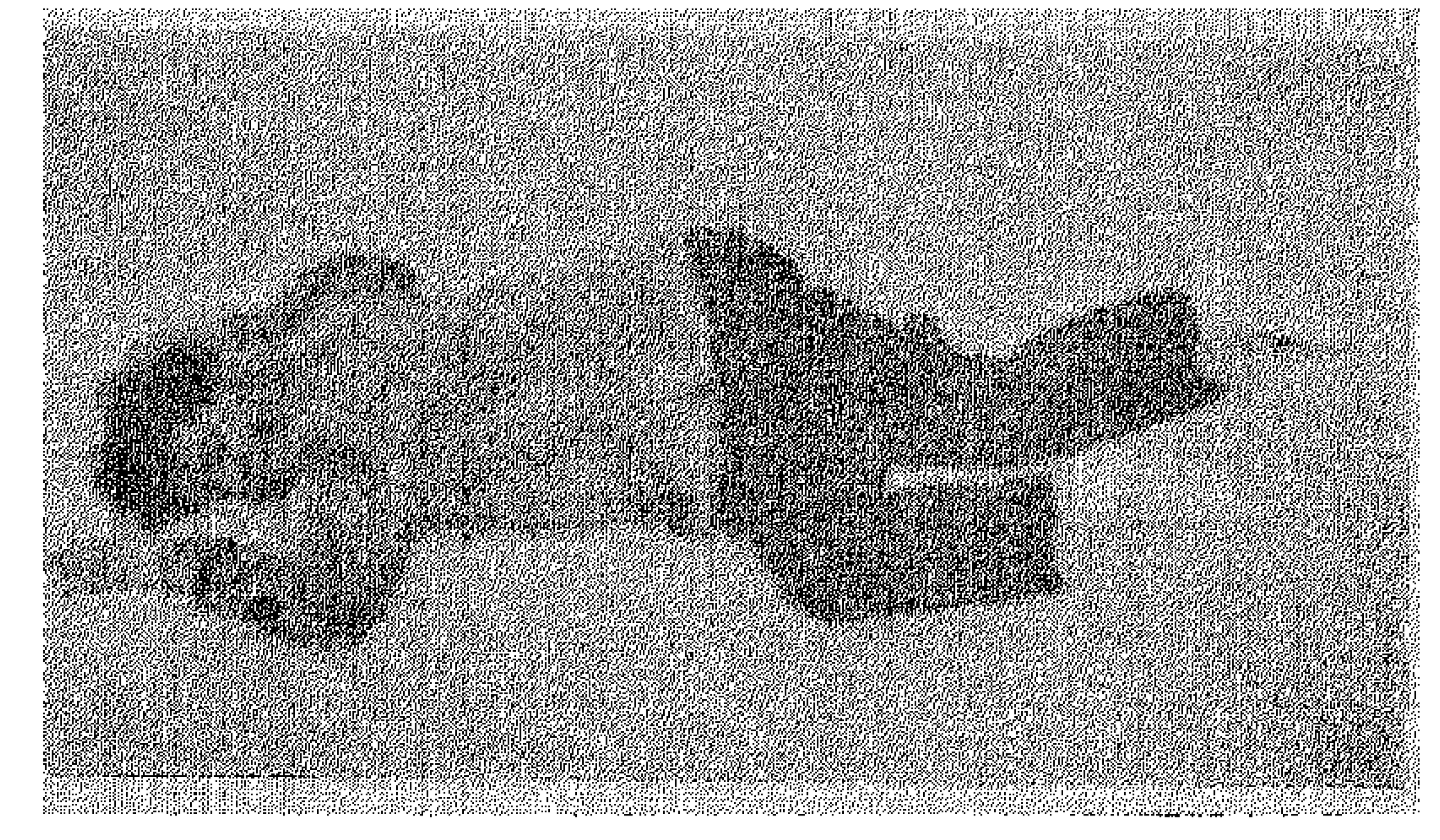
التمرين الثالث

اجعلي الرأس يميل على الصدر ثم يقوم بحركة دائرية من اليسار الى اليمين ومن اليمين الى اليسار ان هذا التمرين يريح الرأس حاولي عند ادارة الرأس جعله يلمس الكتفين والصدر .



التمرين الرابع

ضعي يديك وركبتيك على الارض كما هو ظاهر في الصورة مع الحرص على جعل الظهر أفقيا . أديري رأسك مع الحوض في وقت واحد وبحيث يتجه الاول نحو الاخر .



التمرين الخامس

استلقي ثلاثة أرباع استلقاء على جانبك الايمن ، واثني كل وصلة من وصلات جسمك نصف تثنية . والافضل أن تضعي وسادة تحت رأسك وثانية تحت الذراع اليسرى . استلقي على جانبك الايسر وضعي الوسائد تحت الذراع اليمنى والفخذ اليمنى .

باترون بنت النيل

ثوب شيميزيه من الصوف الخفيف



الكورساج : الامام (١) يقص الوسط فى اتجاه القماش الخلف (٢) يقص اتجاه القماش فى الوسط

الاكمام : (٣) يقص الوسط فى اتجاه القماش فى الوسط

الياقة (٤ ، ٤ مكرر) يقص الوسط فى اتجاه القماش

الجونيلة امام : (٥) يقص اتجاه القماش فى الوسط

البائدة امام وخلف (٨،٧) تقص بالورب الكامل

الباسك (٩ ، ٩) يقص فى اتجاه القماش كما هو مبين فى الرسم

اعداد الشغل والتفصيل : ضعى قطع الباترون المختلفة فى المكان المعد لها على القماش كما هو مبين بالرسم . دبسيها وسرجى حول القطع وفى وسطها والبانسات الخ . . وعند القص اتركى براحا للخياطة والاوريليه والتى لم نحسب حسابها عند عمل الباترون

التركيب : اقفلى ثنيات البانسات من قاعدتها فقط والبانسات كلها . ضعى العدل على العدل الامام والظهر . خيطى معا خياطات الكتف والجانب . ان الجانب الذى الى اليسار لن يخيط كله لكى يركب فيه سوسته اعملى فتحة فى وسط الظهر لكى تضعى ايضا سوستة اخرى . خيطى اسفل الكم وضعيه بالعدل داخل الكورساج المقلوب . ضعى جيدا منتصف الكم فى مقابل خياطة الكتف . بطنى الياقة بوضع جزءيها الواحد على الاخر . خيطى من الخارج ، ركبى بيبه صغيرا عند فتحة الرقبة . اعملى دخلة فى فتحة رقبة الثوب . خيطى بعد ذلك نصف الياقة بعد الثوب . اما الجزء الاخر اعلى الى اسفل . ياقة شيميزيه من البيكة الابيض يحتاج تفصيله الى ٣ متر عرض ١٤٠ سم

ان الثوب الذى ترين صورته امامك يصنع من قماش الايكوسيه الصوفى الخفيف . الكورساج مسطح مقفول من الخلف بسوسته الجونيلة واسعة اتساعا خفيفا بباندة موروبة فى اسفلها . باسكات صغيرة عند الخصر . الازرار من

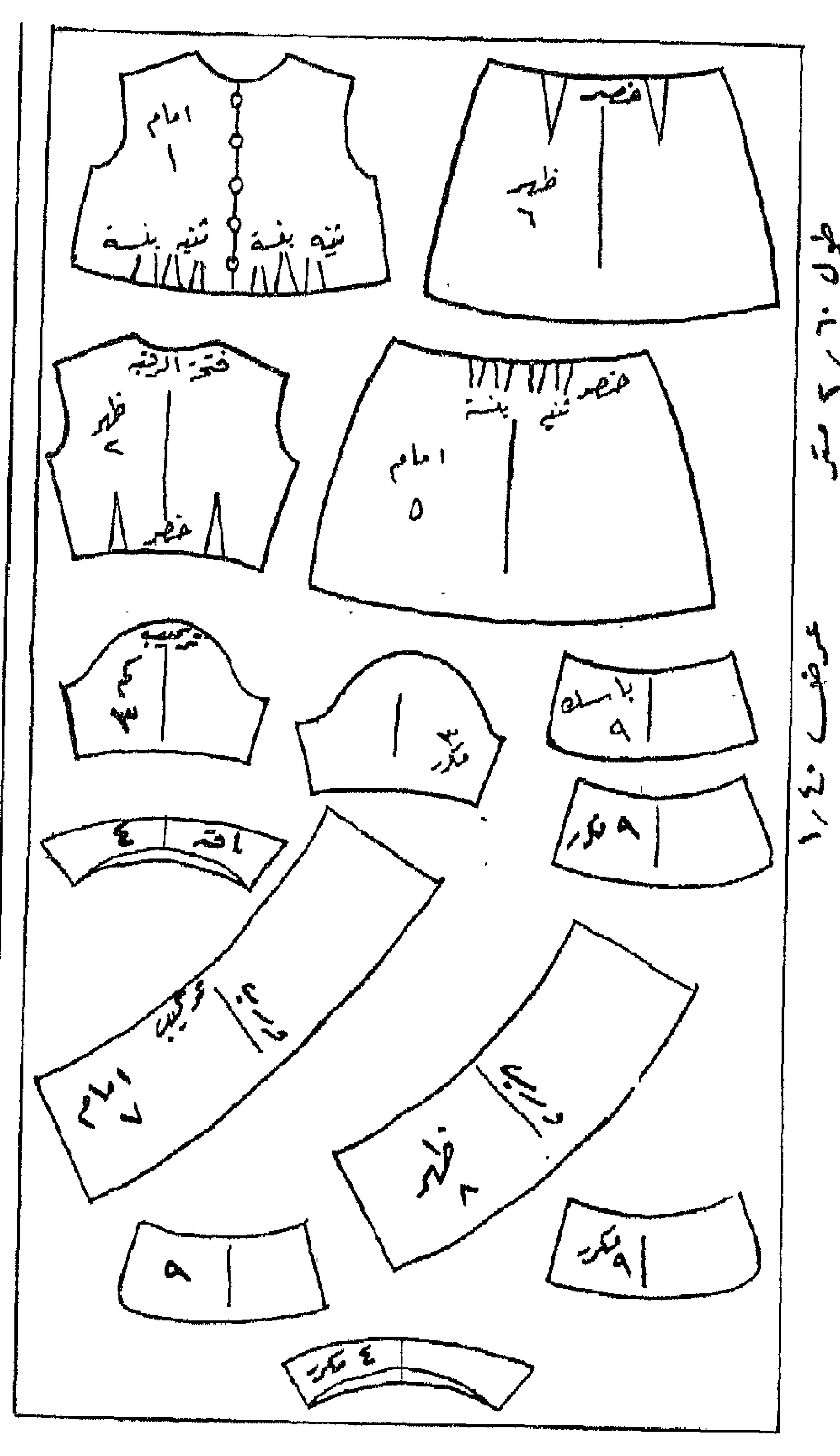
يتألف باترون هذا الثوب من تسع قطع ويحتاج الى قماش طوله ٢٦٠ سم وعرضه ١٤٠ سم

كوبون باترون بنت النيل

هل تريدين الحصول على باترون هذا الشيميزيه ؟

تقدمى بهذا الكوبون الى ادارة مجلة بنت النيل ٤٨ شارع قصر النيل بالقاهرة فى موعد يبدأ فى ٦ مارس سنة ١٩٥٤ ولا يتجاوز ٢٥ منه .

ملحوظة : وان كانت القارئة خارج القاهرة أو جمهورية مصر فعليها أن ترسل هذا الكوبون على العنوان المذكور مصحوبا باذن بريد فئة الخمسة قروش لتغطية مصاريف البريد .. مع ذكر الاسم والعنوان بالكامل .



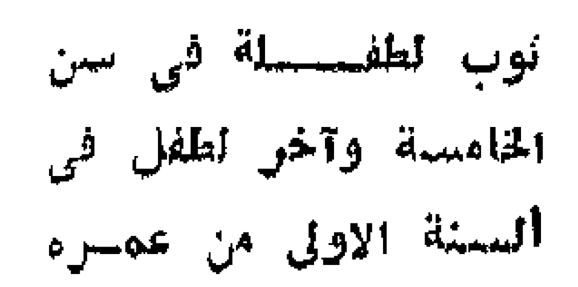
فسيثبت بزر او بزرين يركبان على الامام مكان خياطة الكتف .

خيطى الباندة بالورب فى اسفل الثوب واجمعى بعد ذلك الجزء الامامى والظهر بخياطات الجانب . ان الجزء الايسر لن يقفل هو ايضا الى الخصر ليمكن تركيب السوستة . ركبى الجونيلة على الكورساج . احرصى على وضع منتصف الجزءين الامامى والخلفى للجونيلة على جزاى الكورساج تماما. ركبى الباسك فى مكانهما بعد تبطينها ثبتيه بدبابيس . افتقى الخصر وبعد تركيب الباسك خيطى الكورساج والجونيلة . مع الباسك : ركبى الازرار فى اماكنها . اعملى دخله فى اسفل الاكمام ودخله اخرى فى موضع السوستة حسب خياطات الجانب . تعمل لفقة على بعد نصف سم من الحرف . ضعى السوستة من الداخل خيطى فى اللفقة التى عملتها الفقى ذيل الفستان بعد ضبط طوله

اكوى الثوب جيدا . والافضل فتح الخياطات بعد عملها مباشرة . ان الورب يكوى دائما فى اتجاه نسيج القماش حتى لا يضيق

ملابس طفلك





ثوب لطفلة في سن
الخامسة وآخر لطفل في
السنة الاولى من عمره

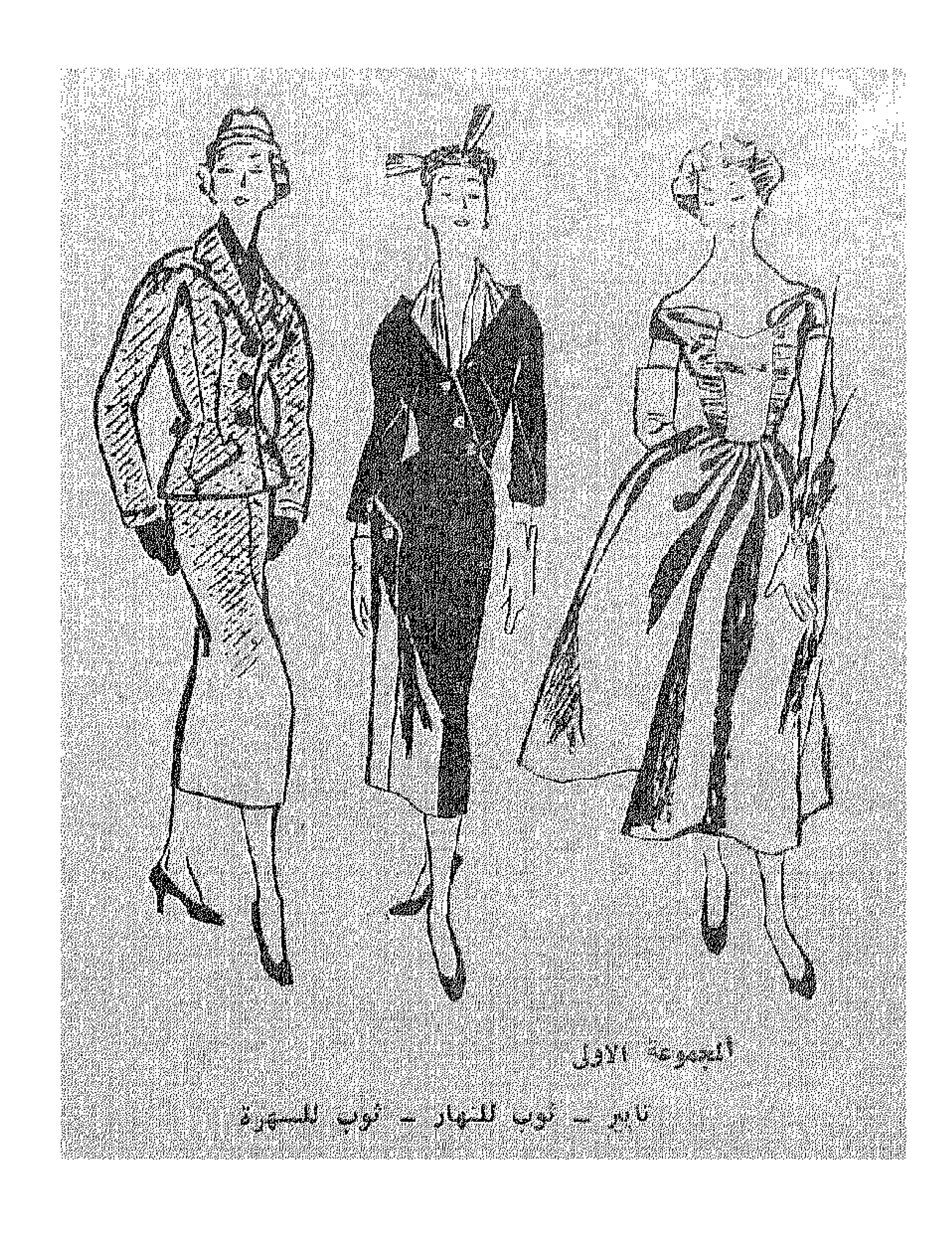
طفل في الثالثة من عمره وطفلة
في الرابعة من عمرها

انك تفكرين بصحة اطفالك وتهتمين بمآكلهم وبفسحتهم · ولكنك تهملين أحيانا ملابسهم · لقد نشرنا لك على هاتين الصفحتين خمسة موديلات مبتكرة لاطفال تتراوح أعمارهن بين السنة والخمس سنوات · ان الطفل الصغير يفرح بالملابس الجديدة ويختال مزهوا بها · اهتمي بملابسه كما تهتمين بملابسك وعلميه كيف يحافظ عليها ويحول بينها وبين الاتساخ

انها فى الثانيـــة من عمرها وترتــدى ثوبا مشغــولا بالاسموكس الازرق



أفكار جديدة ..



المجموعة الاول

تايير ـ ثوب للنهار ـ ثوب للسهرة

استرعت المجموعة التى قدمتها مدام سكيابارللى انظار الجميع لانها توخت فيها الاعتدال فى الاسعار لتشجيع السيدات ذوات الدخل المتوسط على الاقبال على شراء مجموعاتها • لقد قسمتها كما ترين الى أربعه أقسام • جعلت القسم الاول للسيدات ذوات الدخل المتوسط • والمجموعة الثانية للسيدات ذوات الدخل فوق المتوسط والثالثه للفنيات والرابعه للثريات

المجموعة الثانية

تايير ـ معطف ـ ثوب تواليت ـ ثوب للسهرة



المجموعة الثالثة

تايير ـ جاكيت ـ معطف ـ ثوب للنهار ـ ثوب تواليت ـ ثوب للسهرة

المجموعة الرابعة

معطف ـ ثوب لبعد الظهر ـ ثوب تواليت ـ ثوب للعشاء ـ ثوب للسهرة ـ تايير ـ ثوب للنهار

ثوب بسيط ومايير أنيق



انه عنوان البساطة وعدم التكلف ويمتاز بهذه الفيونكة الضخمة التي تزيده جمالا . اسفل الجونيلة محلى ببانلة من القماش المقلم ذاته بعد ثنيه على بعضه كما هو ظاهر . انه ثوب الربيع لا ينازعه في هذا اللقب أى منازع



وهذا تايير الربيع لونه ابيض بنقط مبعثرة هنا وهناك بدون أى نظام . الجاكيت ضيقة بأكمام جابونيز ضيقة
وبدون ياقة وقد وزعت الازرار عليه بطريقة جديدة مبتكرة . الجونيلة بسيطة تمتاز بضيق مقبول

كونى جميلة فى منزلك



سويتر من جرسيه الصوف الأسود • الديكولتيه على هيئة مثلث قاعدته الى أعلى ورأسه الى أسفل وقد حلى طرفه بالجروجران • الجونيلة مضفرة بشرائط

لا يكفى يا سيدتى أن تكونى جميلة وأنيقة خارج المنزل والا كنت من اللواتى يهتممن بالمظاهر • انك اذا ما انتهيت من أعمال بيتك وجب عليك أن تتركى ملابسك التى ارتديتها لهذا الغرض وأن تلبسى الملابس التى تليق بك • لقد اخترنا لك على هاتين الصفحتين موديلين غاية فى البساطة والجمال • ان فى استطاعتك أن تستقبلى بأى واحد منهما صديقاتك كما فى استطاعتك أيضا أن تنتظرى بأى واحد منهما عودة زوجك من عمله • لقد اعتدنا نحن الشرقيات ألا نهتم بهندامنا أمام أزواجنا اعتقادا منا بأن الزوج لا يهتم بأناقتنا وبجمالنا قدر اهتمامه بنظافة المنزل وحسن نظامه • ان السيدة التى تهمل أناقتها لا تعتبر زوجة كاملة • ان ربع ساعة كافية يوميا لاعداد نفسك لاستقبال الزوج • البسى له الملابس البسيطة واهتمى بتصفيف شعرك فالبيت لا يكتمل جماله الا بجمالك وأناقتك • فكرى اذن يا سيدتى فى أناقتك وأنت بمنزلك • ان المسألة لن تكلفك كثيرا • عودى الى دولاب ملابسك وافتحيه معنا • ان هذا الثوب الذى لم ترتديه منذ سنتين لماذا لا تصلحيه وترتديه فى منزلك ؟ وهذه الجونيلة لماذا لا ترتدين عليها شيميزيه ؟ انك لا تحتاجين الى ميزانية خاصة للانفاق منها على هذه الملابس



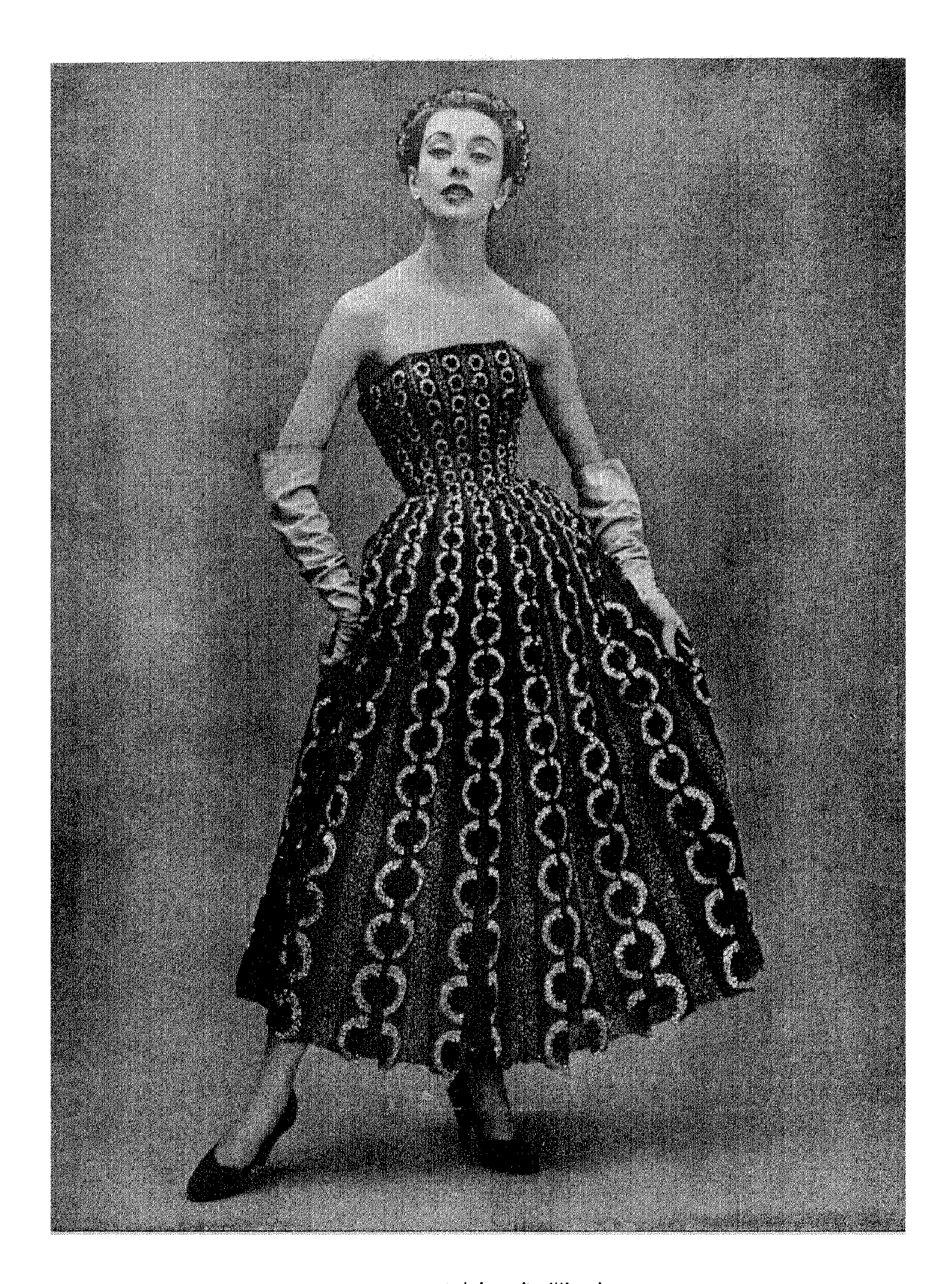
استرعى هذا الثوب المبتكر أنظار الجميع . وهو عبارة عن جونيلة من الفوترين الابيض الموشى بخيوط مكسرة من الذهب . داخل الثنية بدون أى تطريز . البول أوفر متوسط الاتساع بأكمام ضيقة تصل الى منتصف الساعد . أما الياقة فتحيط بالرقبة المحلاة بسوار مبتكر

هذا البروش يمكن عمله من الماس الخالص او التقليد

سوار ذهبي من نوع جديد وبروش واقراط مبتكرة

سوار من اللؤلؤ وكليبسات

عقد ـ واقراط ـ وخواتم ـ وزراير من اللؤلؤ الحقيقي او التقليد



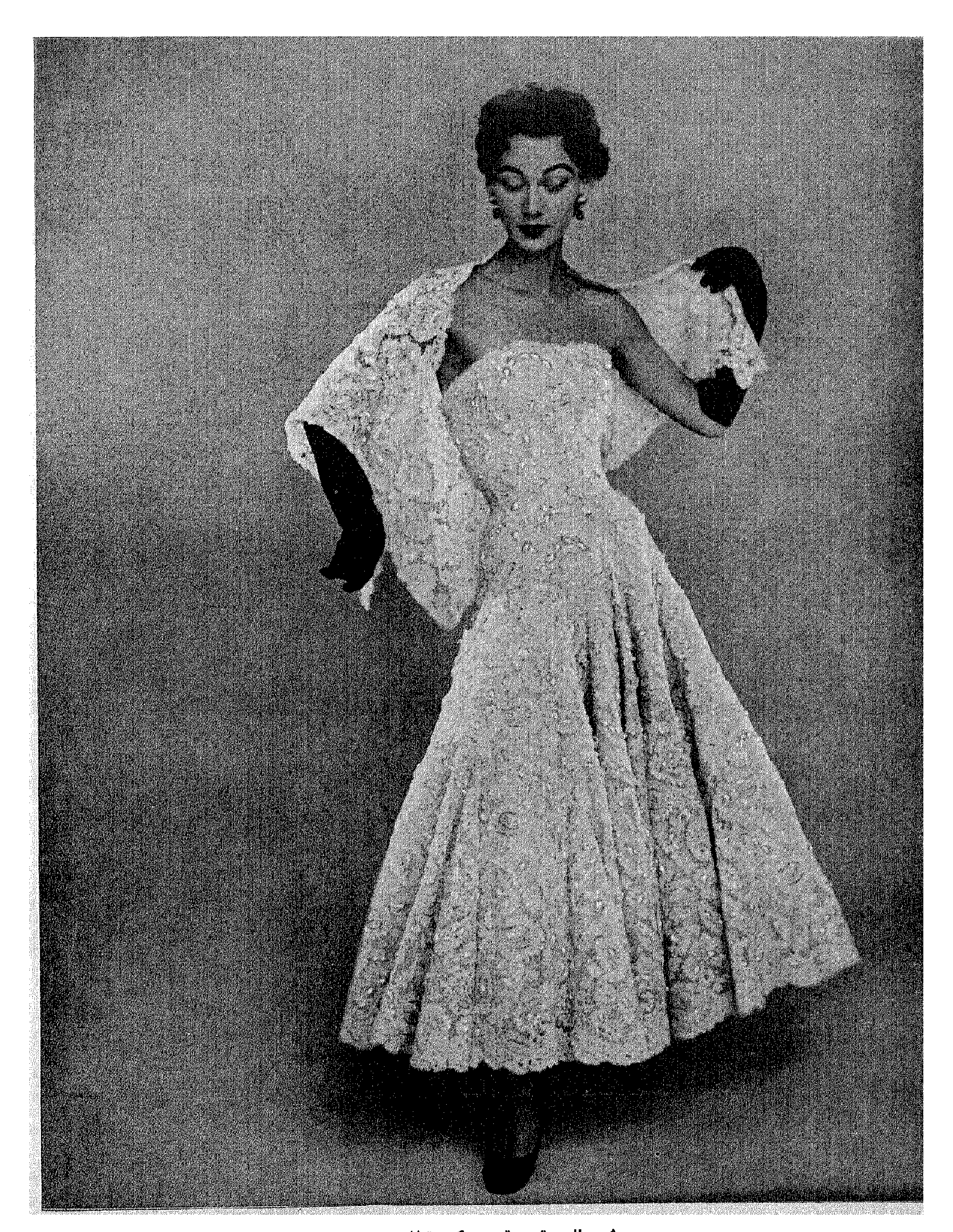
ثوب لحفلات الربيع الساهرة



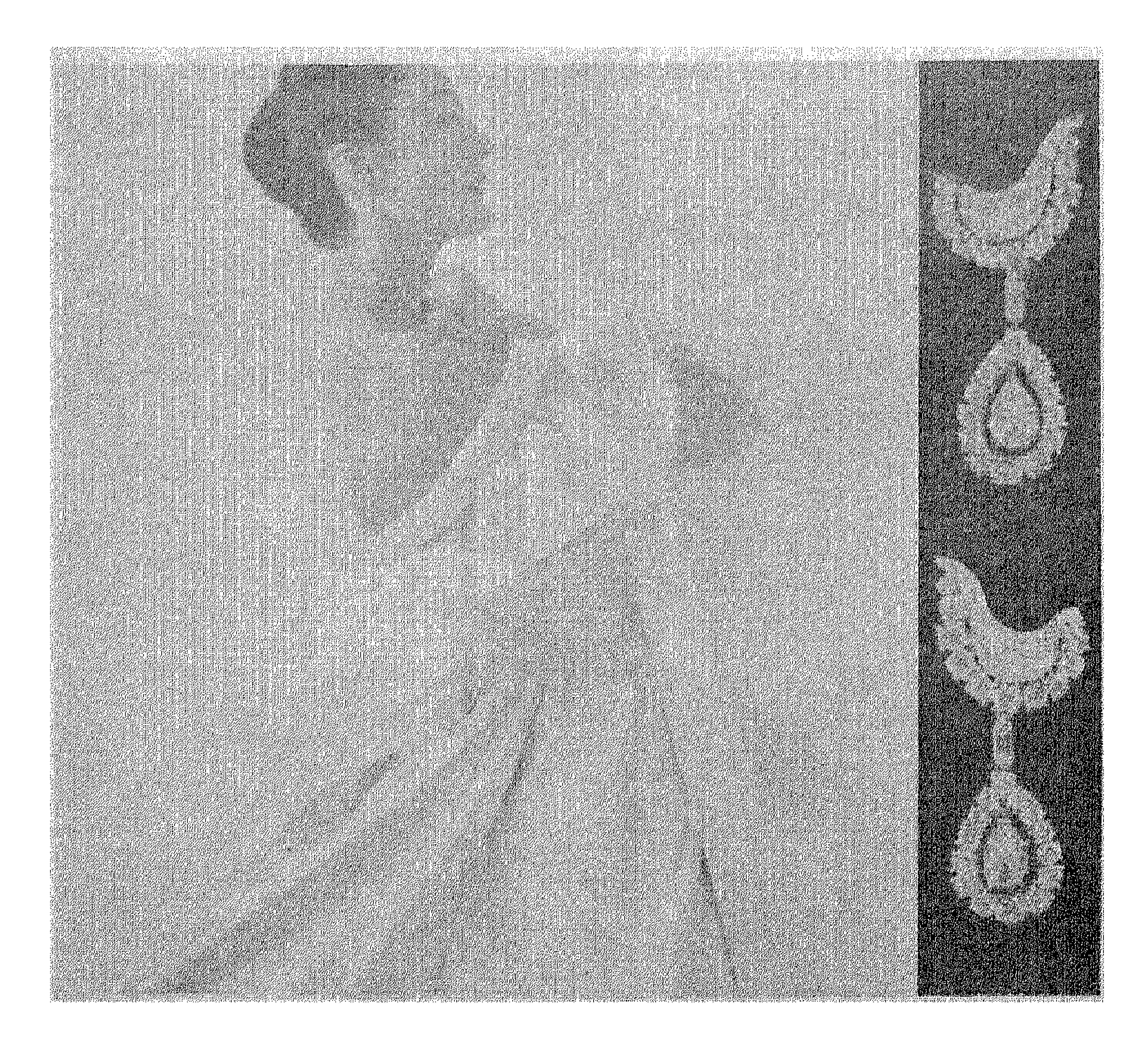
آخر مبتكرات باريس لموسم الربيع ثوب تواليت بدون أكمام وبحزام رفيع



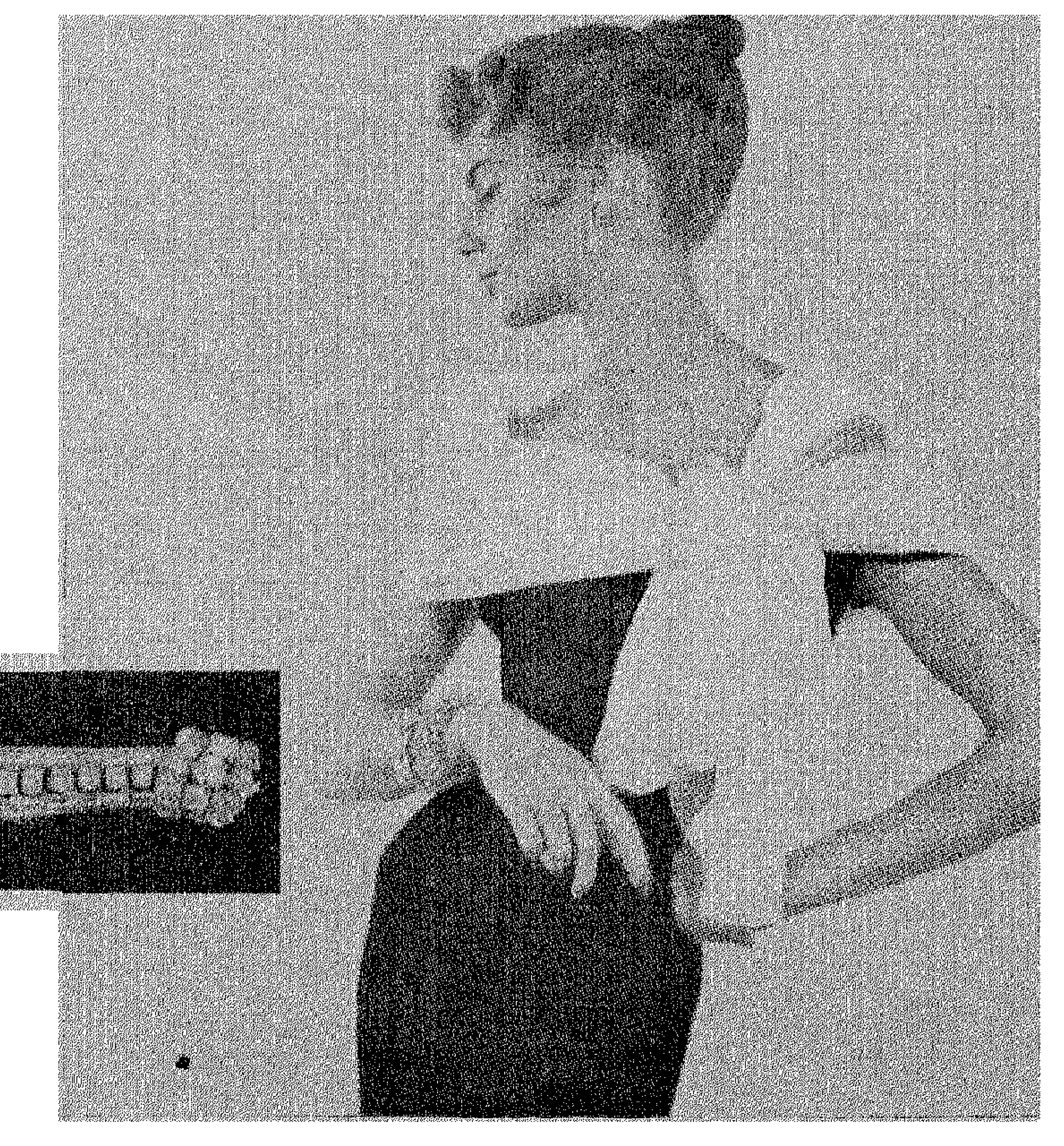
استرعى هذا الثوب الوردى الرائع أنظار كل من شـــاهده وهو بليسيه



ثوب للسهرة من تصميم كريستيان ديور



قرط من المــــاس الطبيعى أو
الصناعى لا يعلق فى الاذن الا فى
الحفلات الساهرة الكبرى



سوار من المــــاس الطبيعى أو
التقليد يوضع حـــول المعصم
ولا يرتدى ألا فى الحفـــلات
الساهرة

قبعات للمساء





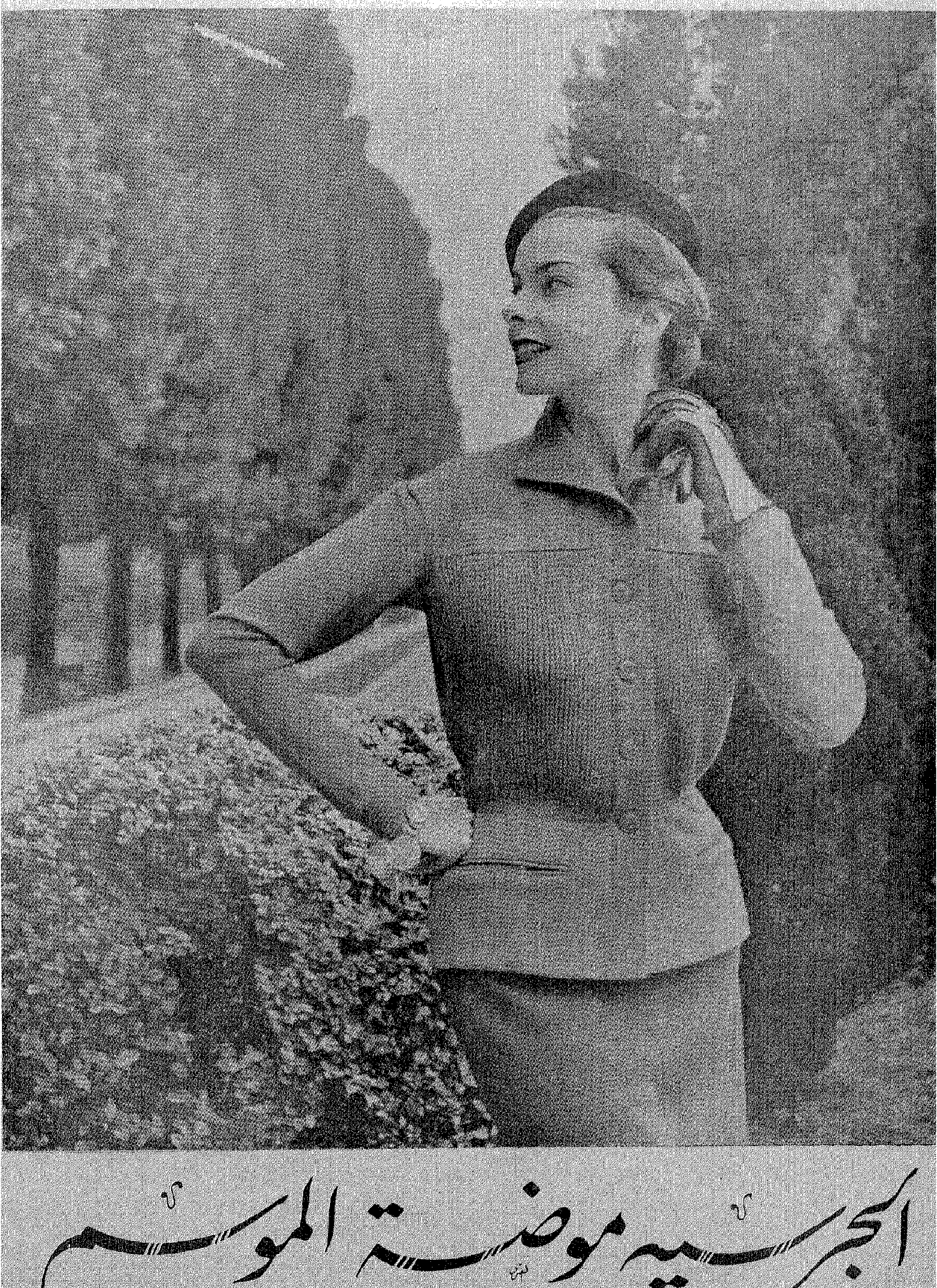
يقدم جلبرت اورسيل هذه القبعة الصغـــيرة المصنوعة من القطيفة الخضراء حليت بشرائط مضفرة من لون مناسب



كالوت من القطيفة الخضراء محلاة بريش نعام أبيض ابتكرتها صانعـــة القبعات المعروفة جان بلانشو

تقدم اخوات لجرو المعروفات فى باريس هذه القبعه المبتكرة بعد ان أطلقتا عليها اسم الجنه . انها كما ترين مصنوعة من القطيفة السوداء ثم كسيت بالريش . ان هذه القبعه لا ترتدى الا بعد الظهر وفى حفلات الاستقبال وقد حليت صاحبتها أذنيها بقرطين ينتهيان بحبه من اللؤلؤ . أما ذراعها اليمنى فيحليها هذا السوار الجميـــل





الجرسيه موضة الموسم

تطلق لولا بروساك على هـذا
الثـوب المكـــون من قطعتـين
والمصـــنوع من الجرسيه أسم
« اكورديون »



ان لولا بروساك تقدم ايضا هذا
الثوب الرمادى المصـــنوع من
الجرسيه والمحـــلى بخيوط من



لا تخلو مجمــوعة من المجموعات التى
تقدمها محلات الازياء فى باريس وروما
ولندن ونيويورك وبرلين من الاثواب
المصنوعة من الجرسيه · والصــــورة
الى اليمــين لتايير من الجــرسيه من
تصميم مارسيل روشـــاه الذى عنى
باظهار الخصر وبعدم تضييق الكمين ·
ان اقبال السيدات على الجرسيه فى
هذا الموسم فاق كل اقبال سابق



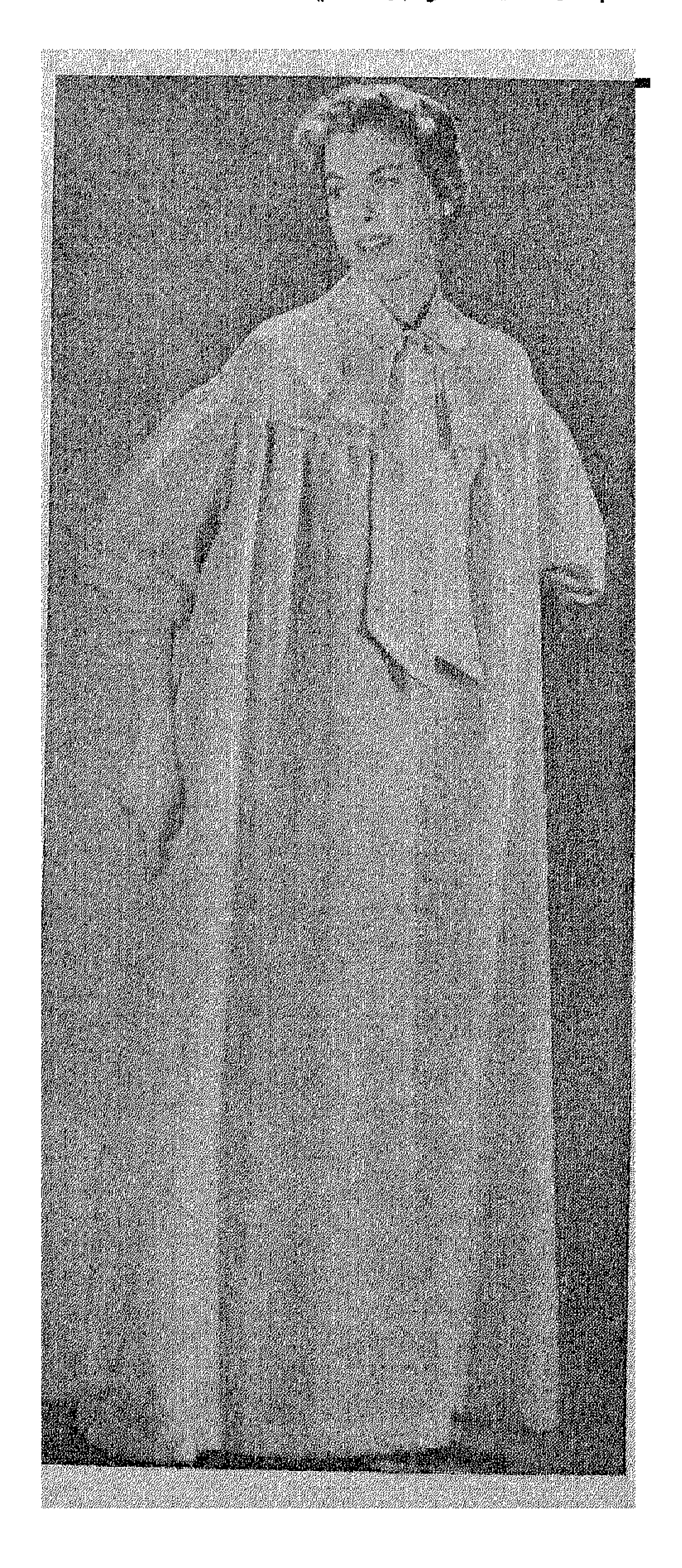
بلوزة من موسلين الحرير وكومبنزون من الكريب دى شين الحرير مطعمة بالدانتيلا . أما المناديل فهى من الليتون المحلى بالفلانسين

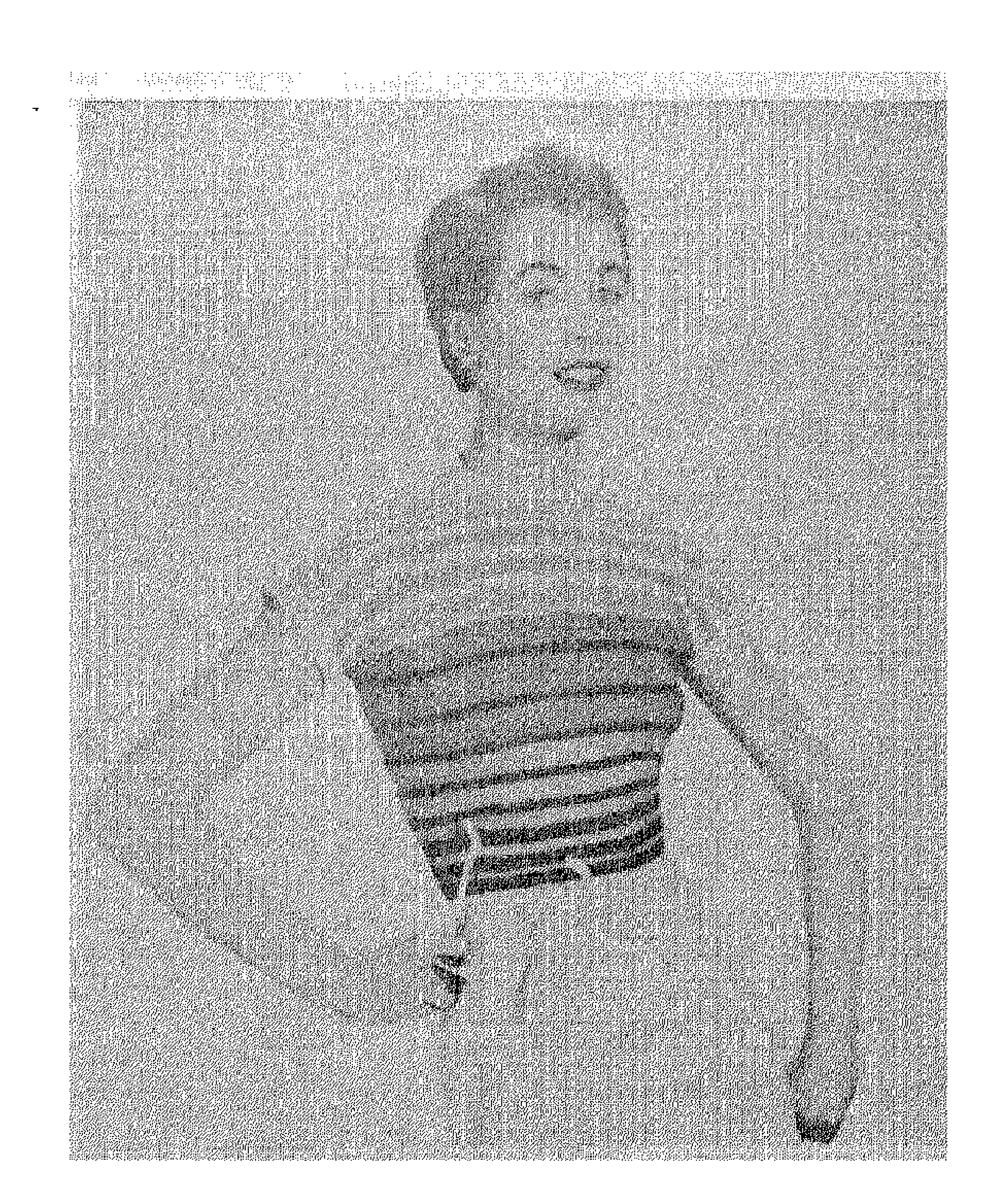
ملابسك الداخلية



روب دى شامبر مريح للغاية مصنوع
من الصوف اللين . وحلى من أعلاه الى
اسفله بأزرار صغيرة مذهبة . الاكمام
واسعة تصل الى ما تحت المرفق بقليل

روب دى شامبر يمتاز بالسعة . الياقة ضيقة
تقفل بشريطة تعقد عند العنق . الاكمام واسعة
باساور ضيقة تغطى جزءاً صغيرا من الساعد





تريكو لفصل الربيع

الخامات المطلوبة : ٢ : اوقية صوف ٣ فتل من اللون الابيض = ٢ اوقية صوف ٣ فتل من اللون البمبى الفاتح ١ : اوقية صوف ٣ فتل من اللون البمبى الغامق : ١ : اوقية صوف ٣ فتل من اللون الاخضر زوج من الابر نمرة ١١ وزوج نمرة ١٤ : ٣ زراير صغيرة : ابرة كروشيه متوسطة الحجم

المقاسات : مقاس دائرة الصدر ٣٤ – ٣٦ بوصة والطول من الكتف حوالى ١٩ بوصة (البوصة ٢/١ ٢ سم)

ملحوظة : ١٧ غرزة مقاسها ٢ بوصة بالعرض وكل ١١ سطر مقاسها بوصة واحدة بالطول على واقع الشغل

الطريقة :

الامام : ×

استعملى ابر نمرة ١٤ والصوف الابيض واعملى ١٢٦ غرزة واشتغلى غرزة عدل وغرزة مقلوب حتى يصل البليسيه الى ٢/١ ٣ بوصة

غيرى الابر واستعملى الابر نمرة ١١ واشتغلى سطرا بالعدل وسطرا بالمقلوب مع زيادة غرزة فى بداية وفى نهاية السطر

كل ٨ اسطر مستعملة الالوان المختلفة كالاتى : ٤ : اسطر بمبى فاتح : ٦ اسطر اخضر

٦ =اسطر اخضر : ٢ = سطرين بالبمبى الفاتح : ٦ = اسطر اخضر ٦ =اسطر بمبى فاتح : ٤ = اسطر اخضر ٨ = اسطر بمبى فاتح ٤ اسطر اخضر ١٠ = اسطر بمبى فاتح ٤ = اسطر اخضر ١٢ = سطر بمبى غامق ٤ = اسطر اخضر ١٣ سطر بمبى غامق وهنا يكون قد وصل عدد الغرز الى ١٥٠ غرزة

اشتغلى سطرا اخر باللون البمبى الغامق ثم ١٤ سطر باللون الاخضر اقطعى الفتلة الخضراء

الكم : استعملى اللون البمبى الغامق واشتغلى ١٢ سطرا مع زيادة غرزة فى بداية ونهاية السطر الاول والثالث والخامس والسابع والثامن والتاسع والعاشر من هذه الاسطر اقطعى الفتلة البمبى غامق ×

اشتغلى ٤٤ سطر على ١٦٤ غرزة مستعملة الالوان الاتية

٢ : سطر ابيض ١٠ اسطر بمبى فاتح ٤ اسطر ابيض ٨ اسطر بمبى فاتح ٦ : اسطر ابيض ٦ اسطر بمبى فاتح ٤ : اسطر ابيض ٤ اسطر بمبى فاتح

الرقبة :

استعملى اللون الابيض اشتغلى ٧٤ غرزة عدل : ارجعى تاركة بقية الغرز على ابر اخرى ثم اشتغلى سطرا بالمقلوب مع اختصار غرزتين فى بداية السطر (اى جهة الرقبة)

اشتغلى سطرا عدل باللون البمبى الفاتح

اشتغلى سطرا مقلوبا باللون البمبى الفاتح مع اختصار غرزتين فى بداية السطر عند الرقبة

استمرى فى الشغل بالتبادل مستعملة اللون الابيض سطرين واللون البمبى الفاتح سطرين لمسافة عشرة اسطر مع اختصار غرزة فى كل سطر جهة الرقبة . اقطعى فتلة البمبى الفاتح

استعملى اللون الابيض واشتغلى كالاتى لعمل حردة الكم والكتف :

اختصرى ١٢ غرزة فى بداية السطر الاتى (اى الاول) ثم اختصرى ١٢ غرزة فى السطر الثالث ثم ٩ غرز فى الخامس والسابع والتاسع ثم اختصرى بقية الغرز

امسكى الشغل ووجهه العدل مواجه لك ثم أوصلى اللون الابيض من جهة الرقبة بالغرز المتروكة اختصرى ١٦ غرزة ثم اشتغلى بالعدل لاخر السطر – اشتغلى سطرا مقلوبا باللون الابيض – استعملى اللون البمبى الفاتح واختصرى غرزتين فى بداية السطر ثم اشتغلى لاخر السطر سطرا مقلوبا باللون البمبى الفاتح اختصرى غرزتين فى بداية السطر الاتى ومستعملة اللون الابيض ثم اشتغلى لاخر السطر بالمقلوب وباللون الابيض لاخر السطر مع شغل الغرزتين الاخيرتين معا – استمرى فى الشغل ومستعملة الالوان كالجهة اليمنى ومختصر غرزة جهة كل سطر الرقبة والالوان كالاتى :

٢ بمبى فاتح – ٢ ابيض بالتبادل لمسافة ٨ اسطر اقطعى اللون البمبى الفاتح

استعملى اللون الابيض . اختصرى غرزة فى بداية السطر – اشتغلى عدل لاخر السطر ثم اشتغلى حردة الكم والكتف كالجهة الاخرى .

الظهر :

اشتغلى كالامام من العلامة × الى العلامة ×

اشتغلى ٣٦ سطر مستعملة الالوان الاتية ٢ ابيض – ١٠ بمبى فاتح ٤ ابيض ٨ بمبى فاتح ٦ ابيض ٦ بمبى فاتح – اقسمى الغرز لفتحة الظهر .

استعملى اللون الابيض واشتغلى ٨٢ غرزة ارجعى تاركة بقية الغرز على ابرة اخرى

× × اشتغلى ٣ اسطر ابيض ٤ بمبى فاتح ثم اشتغلى ١٤ سطر بالتبادل ٢ أبيض و٢ بمبى فاتح وتنتهى باللون الابيض

اقطعى اللون البمبى الفاتح × × × × × – استعملى اللون الابيض فقط واختصرى ١٢ غرزة فى بداية السطر التالى (الاول) ثم ١٢ غرزة اخرى فى السطر الثالث و٩ غرز فى السطر الخامس والسابع والتاسع – اشتغلى سطرا ثم اختصرى ٢٢ غرزة الباقية × × ×


امسكى الشغل ووجهه العدل مواجه لك . اوصلى الخيط الابيض من الجهة الداخلية للغرز المتروكة واشتغلى من العلامة × × الى العلامة × × – اشتغلى سطرا اخر بالابيض ثم اشتغلى من العلامة × × الى العلامة × × ×

الاتمام :

استعملى خرقة مبللة فى كى النسيج وهو على الظهر بشرط الا تمسى البليسيه بالمكواة . خيطى الاكتاف تاركة حوالى ٤/١ بوصة من الحافة . امسكى الشغل بشرط ان يكون وجهه العدل مقابل لك وباستعمال اللون الابيض والابر ١٤ التقطى ١٠٨ غرزة على حافة الرقبة . اشتغلى غرزة عدل وغرزة مقلوب ٩ اسطر (بليسيه) .

اختصرى مع مراعاة عدم الشد اثناء الانتهاء

جهة العدل مواجهة لك وباللون الابيض والابر ١٤ التقطى ١١٦ غرزة على الكم واشتغلى غرزة عدل وغرزة مقلوب ٩ اسطر ايضا . اتمى بليسيه الكم الاخر كذلك . خيطى الجوانب وبالابرة الكروشيه اعملى حافة حول فتحة الرقبة من الخلف مع عمل ثلاث عراوى فى هذه الحافة . ضعى الزراير



زخارف مبتكرة

انظرى للرسمين الموضحين اعلاه فانه يمكن استعمالهما فى زخرفة اثاث المنزل (ستاير ، أو أباجور ، أو مفارش .. الخ) ويجب ملاحظة سلامة الذوق فى اختيار الالوان وتنسيقها ولاحظى أن تكون وحدات الرسم الكبير كلها بلون واحد ، أما وحدات الرسم الصغير فتكون بلونين فقط (١) الورد كله بلون واحد (٢) والعروق كلها بلون واحد أخضر غامق أو بني *


مفرش مبتكر لمائدة الطعام



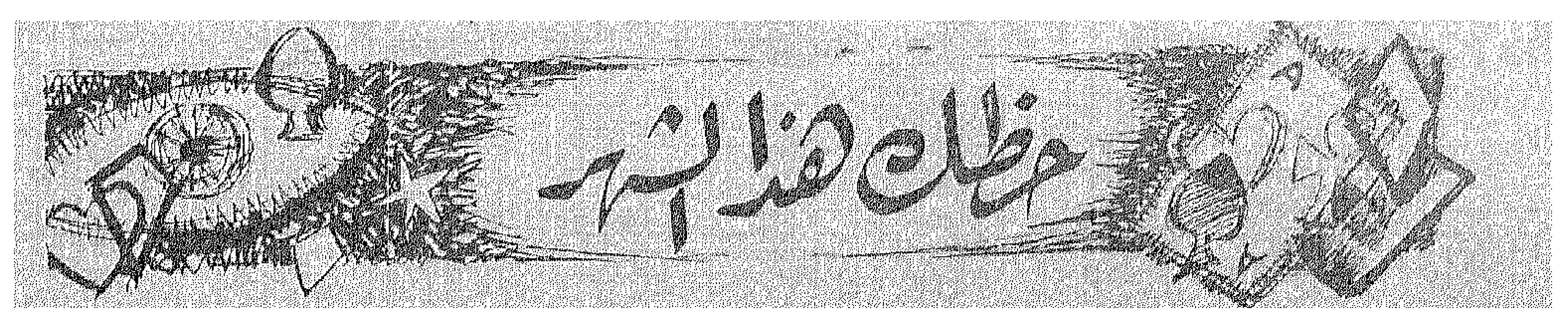
ان المفرش الذى نقدمه اليك هذا الشهر مصنوع من الكتان السميك الكريم رسم فى وسطه هذا الفصن الجميل الذى يمتد من اول المفرش الى اخره كما هو مبين فى الصورة اعلى الصفحة . ان هذه الاغصان المتشابكة مشغولة بغرزة الفرع ، اما الازرار فتطرز بغرزة اللانسيه . اختارى اللون النحاسى او الاحمر والاخضر او البنى او الاصفر الذهبى او الازرق . واختيار اللون كما تعلمين يتعلق الى حد بعيد بلون الفرش الذى تغطين به أثاث غرفة المائدة .

وينتهى المفرش بعمل اورليه صغير حول حافته يخفى بصف من غرزة الفرع . ارسمى على الفوط المصاحبة لهذا المفرش جزءا من هذا الفرع

زخرفي مهد طفلك ***



كثير من قارئات بنت النيل يطلبن الينا ان ننشر على صفحات المجلة بعض الرسومات التى تصلح لزخرفة غطاء مهد الطفل او عربته . وها نحن اولاء نقدم رسمين لوردتين مختلفتين يمكن أن تكرر على الغطاء المراد تطريزه .

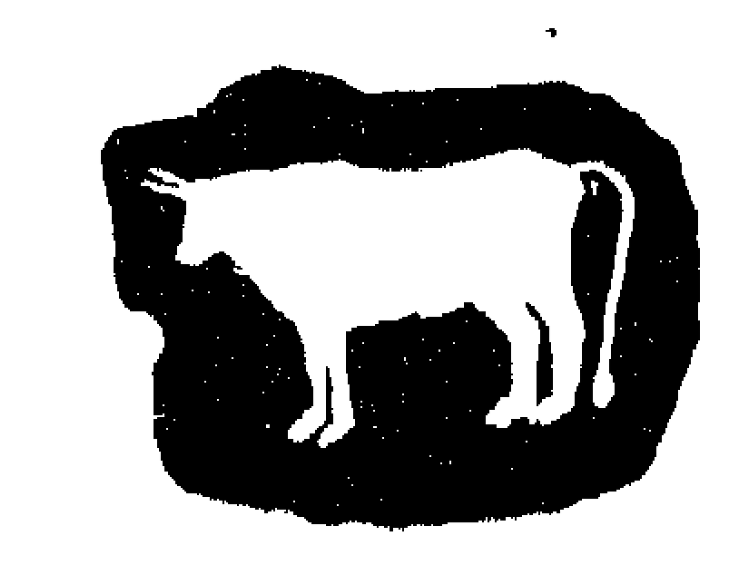


من ٢١ مارس الى ٢٠ ابريل : لا تتركي لخيالك العنان لئلا يتأثر نشاطك ويقل انتاجك . انك ستشعرين بحيوية دافقة حين تبدئين عملك ولكن لن يلبث ان يساورك شعور بالملل بعد فترة وجيزة

من ٢٠ ابريل الى ٢١ مايو : انك على العموم لا تحبين المشاكل . ان عددا منها سيعترضك . ولكن لا تيأسي . اعتصمي بالهدوء الذي هو من شيمك . مضايقات مالية. زعل نتيجة لشدة اخلاصك لمن تحبين وثقتك به

من ٢١ مايو الى ٢١ يونيه: عصبية تبلغ حد المرض وقلق لا اساس له من الواقع ميل الى الشعور بانك ضحية لغيرك . ان قاومت هذا الشعور كان شهرك شهر نشاط وعمل مفيد . عدم ثقة في الحب

من ٢١ يونية الى ٢٢ يولية : ميل للانفعال والتأثر خيال خصب زائد عن الحد المألوف . ضعف في الارادة لا تجعلي غيرك مسئولا عن ضعفك . عدم مبالاة من الناحية العاطفية



من ٢٢ يولية الى ٢٣ اغسطس : كوني واثقة من نفسك ان اردت الاستفادة من حظك في هذا الشهر . ستستفيدين من معارفك ولكن حظك في الحب ضعيف جدا

من ٢٣ اغسطس الى ٢٣ سبتمبر : ان كانت الظروف في غير جانبك فلا تدعي اليأس يدخل قلبك . ان عندك من المؤهلات ما يسمح لك بالاستفادة من كل شيء . ان غيرتك لا معنى لها

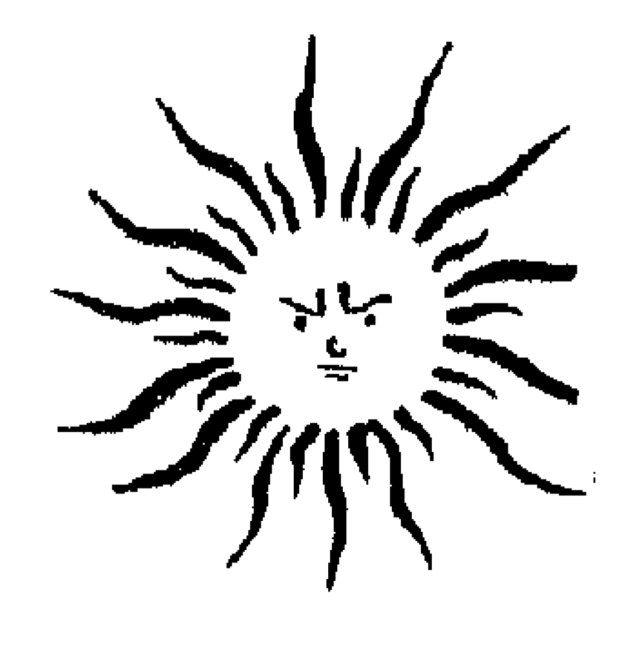
من ٢٣ سبتمبر الى ٢٣ اكتوبر : سيصطرع العقل مع العاطفة في هذا الشهر . استغلي دبلوماسيتك ولا تستعجلي الحوادث فالايام كفيلة باعادة المياه الى مجاريها

من ٢٣ اكتوبر الى ٢٢ نوفمبر : انه شهر المشروعات والحركة التي لا تهدأ . ستخلقين المصاعب لنفسك مشاحنات مع زوجك وسوء تفاهم عاطفي يمكن اجتيازها بكياستك المعهودة

من ٢٢ نوفمبر الى ٢٣ ديسمبر : هذا الشهر صالح للنشاط العقلي والفكري ان افكارك عملية ومثمرة . لا تكثري من النقاش في المسائل العملية والعاطفية

من ٢٣ ديسمبر الى ٢٠ يناير : نشاط يعقبه هدوء وهدوء يعقبه نشاط . مضايقات واقعية حينا وخيالية احيانا . كوني متسامحة مع المقربين اليك واكثر تفاهما في النواحي العاطفية

من ٢٠ يناير الى ١٩ فبراير : تغييرات قد تقع قريبا . علاقات جديدة ذات فائدة . مجهودات تبذلينها لتحسني مركزك سوف يأتي ثمارها . سحرك سيغزو قلوب الرجال



من ١٩ فبراير الى ٢٠ مارس : افكار كثيرة وآمال ومشروعات طيبة وحظ سعيد ان كنت ذات ارادة قوية ومنطق . ان ما تعتقدينه حبا فليس هو كذلك



◆ مهما كان الجمال فانه يتشابه ويتكرر ، اما الشخصية فانها الشيء الوحيد الذى يمكن ان تتفرد به !

●

◆ كل الرجال يسلمون بأن المرأة زهرة جميلة . ولكنهم . يختلفون فى غايتهم منها .. رجل يشمها ! ورجل ينظر اليها ! ورجل يضعها فى عروة جاكتته ورجل يفركها بين اصابعه .. ورجل يجمع منها باقة ! ورجل لا يقنع منها باقل من حديقة !

●

◆ تحب المرأة ان تكون معبودة من جميع الرجال .. ولكنها لا تحب سوى الرجل الذى تعبده هى !

●

◆ قالت له :

ـ ايها المتقلب متى تؤمن بالحب؟ فاجابها :

ان ايمانى بالحب هو الذى يدفعنى دائما للبحث عنه !

●

◆ قال خبيث فرنسى

المرأة فى فترة الخطوبة تلهم الرجل روائع الاعمال .. ولكنها بعد الزواج تمنعه من تنفيذها !!

●

◆ ايها الرجل احذر ان تكون اضعف من فتاتك حتى لا تخجل منها واحذر ان تكون اجمل من فتاتك حتى لا تخجل منك !

◆ لو عرف الشبان ان الزواج الواحد هو حماقة العمر لما اقدم بعضهم على تكراره !

●

◆ يستشهد بعض الرجال على ان المرأة عملية اكثر من الرجل ، فان اعنف المواقف العاطفية بينهما لا تشغلها عن تحويل الحديث بينهما ناحية الزواج!

●

◆ تحاول المرأة استرجاع احلامها بالتفكير فى ذكريات خطوبتها ويحاول الرجل الهروب من همومه بتناسى حقيقة زواجه !!

●

◆ ان مركب النقص عند بعض الرجال هو الذى يدفعهم للتفكير فى التحكم فى حياة المرأة .. لان الرجل لاينسى ان المرأة هى التى تصنع له الحياة !

●

◆ المرأة لا تحب الرجل الغبى ولا تحتمل الرجل الذكى !

●

◆ المرأة المثالية فى عين الزوج هى التى تحمل صفات لست فى زوجته .. فهو يعجب بذوات الشخصية من النساء اذا كان الجمال هو ميزة زوجته .. ويعجب بالجمال اذا كانت الشخصية هى ابرز صفات زوجته

●

◆ تهرب المرأة من الرجل الذى يحاول ان يفهمها .. وتضيق بالرجل الذى لا يستطيع ان يفهمها !

●

◆ سأل الصحفيون نجمة هوليود الساطعة جين تيرنى :

هل تنوين حقا الزواج من الامير على خان

قالت : كلا .. اننى احبه جدا ولا اريد ان ابدد هذا الحب !

اشتراكات مجلة بنت النيل

مـ	
١٠٠	الاشتراك السنوى فى مصر والسودان
١٥٠	الاشتراك السنوى فى البلاد العربية
٢٠٠	الاشتراك السنوى فى الخارج (او ما يعادلها)

طفلك يا سيدتي

ان معظم الاطفال يرفضون الطعام بين حين وآخر . وغالبا مايكون ذلك لاسباب وجيهة . فلنحترم ما يحبه الطفل وما يكرهه ولنذكر أن الطفل قد يكره طعاما ثم ينسى ذلك بعد أيام قليلة .

والاطفال الذين يحظون بزيادة من الاهتمام نتيجة امتناعهم عن الاكل قد تكون لديهم عادة رفض الطعام لانه يسرهم أن يكونوا موضع الاهتمام .

تذكرى على الدوام يا سيدتى أن الاطفال كالكبار لديهم رغبة المفاضلة بين الاطعمه فاذا ما رفضوا أحد الاطعمة وجب ابعاده دون اكتراث ودون كلام . وفى مرة تالية يمكن تقديمه الى جانب صنف مفضل ويكون تقديم الطعام الجديد للطفل عندما يكون جائعا ومرحا . وأحسن طريقة لحمل الاطفال على أكل كافة أنواع الطعام هى اعطاؤهم حرية الاختيار وعدم اجبارهم على الاكل ضد رغبتهم . وهناك نقطة مهمة جدا — اعملى على الدوام أن يكون طفلك أثناء تناوله طعامه فى وضع مريح ... يجب أن يكون الكرسى مناسبا وأدوات المائدة ملائمة له ويستحسن استخدام الاطباق والمفارش الملونة .

ومن الحقائق الاولية أن الطفل الصحيح هو الذى ينام نوما صحيحا كافيا .. ومن المستحيل تحديد مدة النوم اللازمة للاطفال أو موعده لان الحاجة للنوم تختلف باختلاف الفرد . والقاعدة السليمة هى تحديد موعد للنوم يسمح للطفل أن يحصل على كفايته منه بحيث يستيقظ بنفسه فى الصباح بحالة طبيعيه . فالطفل الذى يذهب الى المدرسة يكون الموعد المناسب لاستيقاظه هو الوقت المبكر الذى يسمح له بتناول طعام الفطور دون عجلة .

هذا ويجب عدم التضييق على حرية طفلك وعليك بمراعاة السماح له بقضاء أطول وقت ممكن خارج المنزل من ٣ الى ٤ ساعات فى الشتاء ومن ٥ الى ٦ فى الصيف ما عدا الايام الشديدة الرياح أو الجافة المتربة وما عدا الايام الباردة الملبدة بالغيوم أو العاصفه .



والطفل الذى لم يتعد السنتين من عمره يحتاج الى الكثير من أشعة الشمس وحاجته اليها تزيد على حاجة الاطفال قبل سن المدرسة لانه قد يبقى حتى هذه السن معرضا للاصابة بالكساح .

وفى الربيع والصيف والخريف يحصل الطفل على قدر كبير من أشعة الشمس مرتديا بعض الوقت ملابس تسمح بتعريض جسمه للشمس . أما فى الشتاء عند ما يزيد كساء الجسم وحين تكون الشمس أقل قوة فيجب أن تتاح للطفل فرصة اللعب فى الشمس كلما سمح الجو بذلك .

ويمكنك بشىء من الصبر والاناة أن تضعى لطفلك برنامجا يوميا مناسبا خاصة اذا كنت قد نجحت فى تنمية سلسلة من العادات والاتجاهات المرغوبة لديه .

وهناك برامج مختلفة تناسب الاسر والبيئات المختلفة .وأى برنامج يجب مراعاته بمرونة ودون جمود وفيما يلى نموذج لبرنامج من هذه البرامج لطفل فى الرابعة من عمره .

٣٠ر٧ صباحا : الاستيقاظ — الذهاب للمرحاض — غسل الاطراف — مضمضة الاسنان

٨ صباحا : الفطور — نزهه فى حديقة المنزل أو فوق سطوحه ان لم تكن له حديقة .

٣٠ر١١ صباحا : الرجوع الى المنزل — غسل الوجه والايدى .

٣٠ر١٢ ظهرا : الغذاء .

١ ظهرا : خلع الملابس — غسل الوجه والايدى — الذهاب للمرحاض — النوم

٣ بعد الظهر : المرحاض ارتداء الملابس — تناول بعض الفاكهة — الخروج من المنزل اذا سمح الجو بذلك .

٥ مساء : الرجوع ثانية

٣٠ر٥ مساء : العشاء . خلع الملابس — الاستحمام .

٦ مساء : لعب هادىء — مضمضة الفم .

الاستماع الى الراديو .

٣٠ر٧ مساء : النوم .

وقبل أن أختم حديثى اليك يا سيدتى سأذكرك بأن الطفل فى حاجة الى الكثير من الرعايه بصفة خاصة بين السنة الاولى والسادسة من عمره فركزى جهدك فى هذه الفترة التى تبدأ بعد الفطام وحاولى أن تقدمى الى بلدك مواطنا صغيرا سليما .

أم مجربة

بنت النيل في شئون منزلك

ازالة الخشونة من الالمونيوم ..

س — لاحظت وجود خشونة ظاهرة فى داخل كزرولة المونيوم وظهر لى ذلك عقب استعمالها فى اغلاء بعض فوط المطبخ وقد استعملت طبعاً صودا الغسيل فى ماء الاغــلاء . فلماذا حدث ذلك ؟ وما هى الطريقة التى اتبعها لازالتها .

جـ — صودا الغسيل من المواد القوية التى تسبب تآكل معدن الالمونيوم ، وهذه الخشونة هى نتيجة ذلك التآكل . ومن الخطأ ان تستعملى صودا الغسيل (البوتاسا) فى اى شيء داخله معدن الالمونيوم . ولكن ما دمت قد وقعت فى هذا الخطأ فيمكنك اصلاح هذه الظاهرة بدعك الــكزروله بخفة بالصابون ولوفة من السلك الناعم . مــع تكرار العملية من حين لاخر حتى تزول الخشونة بمرور الوقت

تنظيف الزهريات الفخار المطلية :

س — يوجد عندى زهريات من الفخار المطليــة بالزيت ومرسومة بالالوان . وقد اتسخت من التراب مع انى دائما المعها . وارجو افادتى عن طريقة تنظيفها واكون شاكرة

جـ — من السهل جدا تنظيفها ما دمت متــأكدة من ان طلاءها بالزيت . اغسليها بماء فاتر ومذوب صابون بلوفة ناعمة جدا او قطعة قماش . ثم اشطفيها بماء فاتر ثم ماء بارد مضاف اليه قليل من الخل لتزهية اللون . ثم جففيها جيدا ولمعيها بدهنها خفيفا بقليل من ورنيش الموبيليــات السائل المكون من ملعقة كبيرة زيت تربنتينا ومثلها من زيت البذرة ونصف ملعقة كبيرة من الخل ومثلها من الاســبرتو ويمزج الجميع بالرج ثم إدهنى به الزهريات دهنا خفيفــا جدا ولمعيها بفوطة كستور جافة حتى تلمع

وبر الصوف الاونجرا :

س — صنعت لابنتى التى تبلغ من العمر ست ســنوات بلوفر من الصوف الاونجرا . ولكن كلما لبسته لاحظت ان وبر الصوف يتطاير بكثرة ويلتصق بالجونلة ويصعب ازالته وانا لست مرتاحة لهذا المنظر . فهل من شيء يمكن عمله للاقلال من تطاير هذا الوبر ؟ ؟

جـ — وبر صوف الاونجرا سريع التطاير والالتصاق بما يقابله من ملابس . لذلك يراعى دائما ان يلبس مع جــونله توافق نفس اللون المصنوعة منه البلوزة ، او تقربه حتى لا يظهر فيها هذا الوبر اذا ما تطاير والتصق بالجونلة . وعلى كل حال سوف تقل هذه الظاهرة بمرور الوقت مــع الغســـيل ؟

ازالة بقع الصدا من على الاقمشة النايلون :

س — عندى بلوزة بيضــاء وقميص نوم لبنى كلاهما مصنوع من قماش النايلون . ظهرت عليهما بقع صــدا . فكيف ازيلها ؟

جـ — اذيبى مقدار اوقية من ملح الليمون فى كوبتين ماء دافيء ثم انقعى فيه مكان البقعة لمدة حتى تزول ثم اشطفيها فى ماء بارد نقى . اما فى القميص فيخشى على زوال اللون . لذلك اختبرى قوة المحلول اولا على طرف قطعة من القماش الداخلية أو طرف الحزام او طرف خياطة داخلية . فاذا زال اللون ازيدى تخفيف المحلول باضافة كميــة اخـرى من المــاء .



دراسات نادى بنت النيل الثقافى

افتتح نادى بنت النيل نشاطه الثقافى ومواعيــد الدراسات فى الايام التالية من الساعة ٤ الى الساعة ٥ مســاء :

يوم الاثنين : لغة فرنسية

يوم الخميس : حياكة وتفصيل

يوم الجمعة : لغة عربية وخطابة


يوم الاحد : حياكة وتفصيل

جميع الاستعلامات تطلب من النادى بشارع قصر النيل رقم ٤٨ تليفون ٤٩٦٦٨ — ٤٠٦٨٤ — القاهرة



إن كان منزلك ضيقاً ..

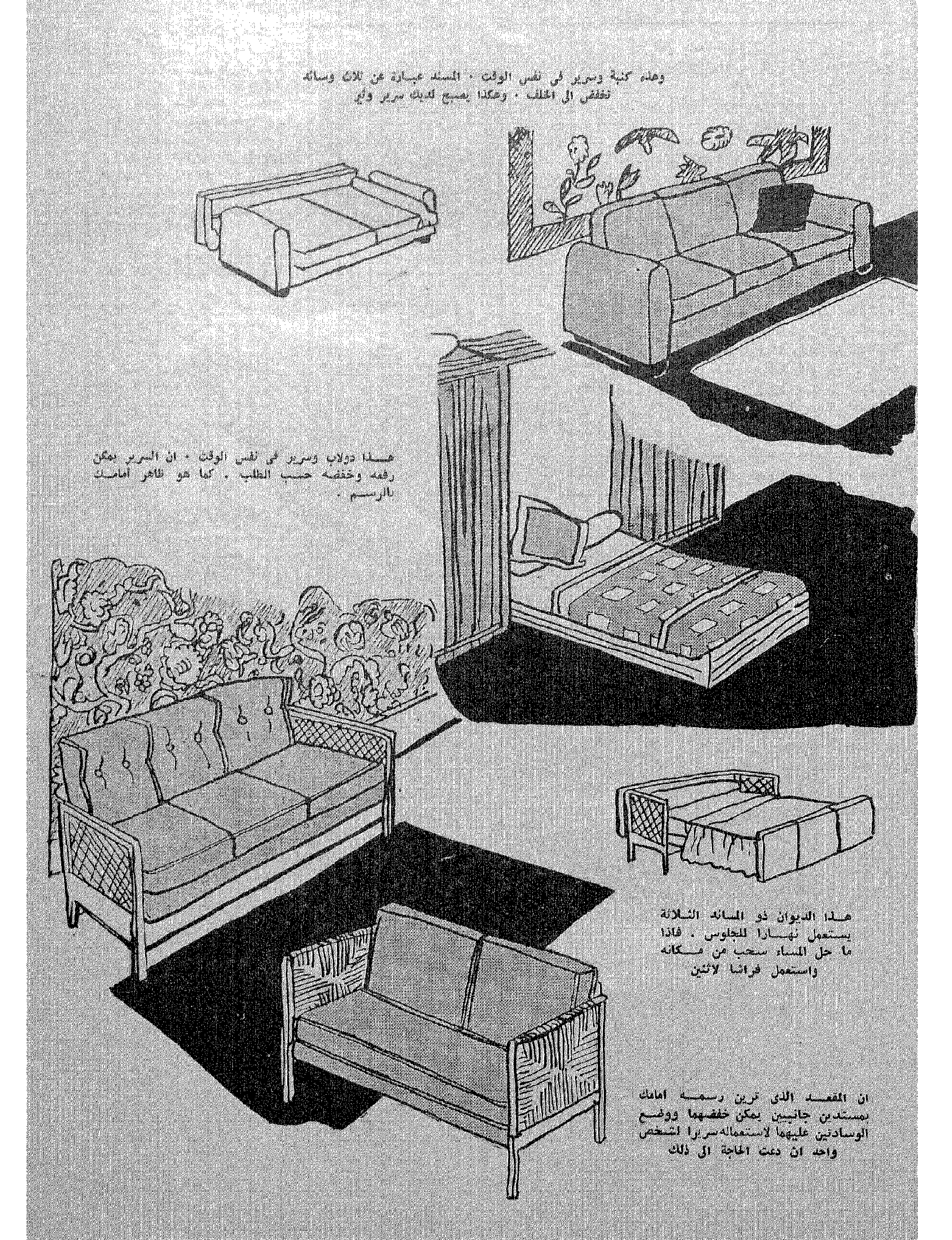
ان ضيق منازل اليوم وقلة عدد غرفهـــا جعلنا نفكر لك في
حل عملي يريحك تماما من مهمة تأثيث هـذه البيوت الصغيرة



لقد غطيت هـذه الكنبة بالقطيفـة . ويمكن استعمالها للجلوس او للنوم . وتوضع سـواء في الصالون أو في غرفة المائدة . وحـين يأتي المساء يكفي ان تبعد هـذه الكنبـة من الحائط وان تخفض مسندها بحيث يصبح افقيا . وتوضع بعد ذلك الملاءة والوسائد . وفي الصباح تعـاد الكنبة الى وضعها الطبيعي .

ان هذه الكنبة الوثيرة تخفي تحتها سريرا آخر يسحب اذا ما حان موعد النوم ويوضع الى جانب مقعد الكنبة الاصلية فيصبح فراشـا يتسـع لشخصين .

وهذا الكرسي الفـوتي . ان في استطاعتك خفض مسنده واستعمـاله سريرا لشخص واحد ان دعت الحاجة الى ذلك .

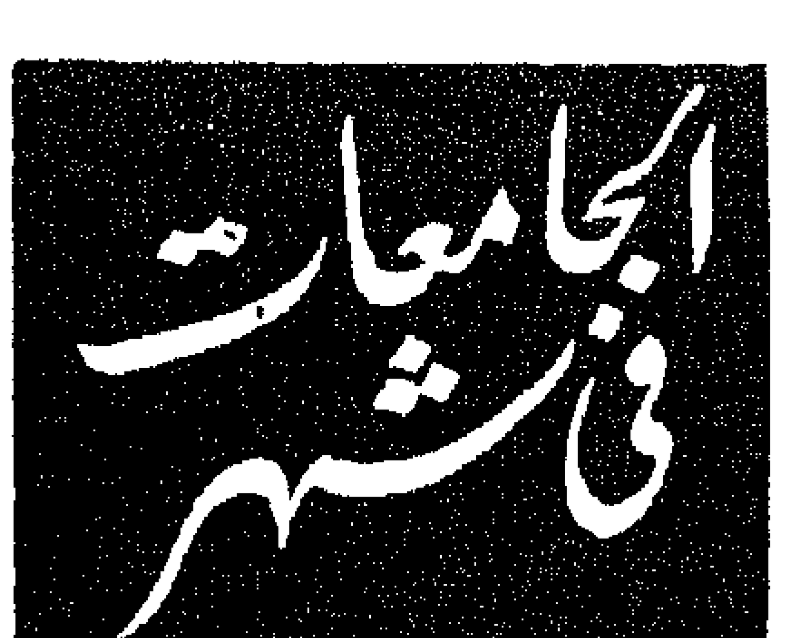


وهذه كنبة وسرير فى نفس الوقت . المسند عبارة عن ثلاث وسائد تخفض الى الخلف . وهكذا يصبح لديك سرير وثير

هــذا دولاب وسرير فى نفس الوقت . ان السرير يمكن رفعه وخفضه حسب الطلب . كما هو ظاهر امامك بالرسم .

هــذا الديوان ذو المساند الثلاثة يستعمل نهــارا للجلوس . فاذا ما حل المساء سحب من مــكانه واستعمل فراشا لاثنين

ان المقعــد الذى ترين رسمــه امامك بمستدين جانبيين يمكن خفضهما ووضع الوسادتين عليهما لاستعماله سريرا لشخص واحد ان دعت الحاجة الى ذلك



نحو جامعة افضل

ما زال الكثير من طلبة وطالبات الجامعة لا يدركون معنى الروح الجامعية ٠٠ فالطالب ينظر الى زميلته نظرة ملؤها الحقد والكراهية ويعتقد انها تنافسه في ميدان ليست جديرة بالوقوف فيه بجانبه ٠٠ كذلك الفتاة نجد أن نظرتها الى زميلها لا تتعدى نظرتها الى أى شاب آخر ولا تربطها به أى رابطة ٠

ومن رأيي اذا أردنا للروح الجامعية الحياة أن نعمل أولا على ايجاد الانسجام الروحى بين الطالب وزميلته في الجامعة ٠٠ ولا يتحقق هذا الانسجام الا اذا ساعدت اتحادات الكليات المختلفة على ذلك باقامة حفلات التعارف والاكثار من الرحلات التى تجمع بين الجنسين وتنظيم المحاضرات عن رسالة الجامعة والروح التى يجب أن تسود بين طلابها ٠٠

س٠ع٠

◆ عرضت جماعة السينما بكلية الحقوق بجامعة القاهرة على الاتحاد أن تشترى بايراداتها المتحصلة من الحفلات السينمائية التى اقامتها بصالة الاحتفالات بجامعة القاهرة كتبا تقدمها الى الطلبة بثلث ثمنها مساهمة منها فى مساعدة الطلبة ولكن الجماعة فوجئت برفض الاتحاد طلبها فى حين انها لما عرضت عليه فكرة اقامة حفلة للاساتذة والطلبة رحب بالفكرة !!

◆ تالف بكلية التجارة بجامعة القاهرة فريق للسير على الاقدام تحت اشراف الدكتور عز الدين فريد أستاذ الجغرافيا الاقتصادية وينتظر ان تقدم شركة ترام القاهرة احتجاجا !!

◆ اقامت جمعية العمارة بكلية الهندسة بجامعة القاهرة حفلتها السنوية بدار سينما راديو يوم الاربعاء ١٧ فبراير سنة ١٩٥٤ وقد اشترك فى احياء الحفلة على فراج وشهر زاد وعبد المطلب ونجاح سلام وسلطان والقار والراقصة كيتى ٠

◆ قامت هيئة خريجى القسم الفرنسى بالاشتراك مع طلبة القسم الفرنسى برحلة الى انشاص يوم الجمعة ١٢ فبراير سنة ١٩٥٤

◆ بدأ تمرين الدفعة الثانية من طالبات الحرس الوطنى بكلية آداب القاهرة يوم الخميس ١٨ فبراير سنة ١٩٥٤ ٠

◆ القى الدكتور محمد صقر خفاجة محاضرة عن «محاكمة سقراط» نظمتها الجمعية الفلسفية بكلية آداب القاهرة يوم الخميس ١٨ فبراير سنة ١٩٥٤

◆ عقد قران احدى الزميلات بكلية حقوق القاهرة على أحد الزملاء بكلية طب القصر العينى فتهانينا ٠

◆ اقامت كلية هندسة القاهرة حفلتها السنوية الكبرى بدار سينما راديو مساء الاربعاء ١٧ فبراير سنة١٩٥٤ وقد اشترك فى احيائها شادية وعبد المطلب وكيتى وغيرهم

أسرار الجامعات



الدكتورة درية شفيق بين الاستاذ محمد زكى عبد القادر والدكتور محمد عبد المنعم بدر أثناء مراجعة شروط المسابقة على الكاس التى خصصتها الدكتورة لاحسن صحيفة جامعية

◆ وافقت الانسة سهام صبحى الطالبة بكلية حقوق القاهرة الطالبات العراقيات أثناء وجودهن بالقاهرة فى اجازة نصف السنة فى كل تنقلاتهن فأعطت بذلك مثلا أعلى لنبل أخلاق المرأة المصرية

◆ زارت جامعة القاهرة يوم الاثنين ١٥ فبراير سنة ١٩٥٤ بعثة من محطة التليفزيون بروما لاعداد برنامج خاص عن الجامعات المصرية لعرضه فى ايطاليا ٠

◆ بلغ عدد الكليات المتبارية على كاس الاستاذ يوسف وهبى تسع كليات ٠ وستبدأ المباريات فى اول مارس القادم على مسرح حديقة الازبكية وتستمر شهرا كاملا وتتكون لجنة التحكيم من حضرات الاساتذة عزيز أباظه وعبد الرحمن صدقى واحمد رامى وحسين رياض وعماد حمدى وعز الدين ذوالفقار والدكتورة درية شفيق ٠

◆ دعا الدكتور رشاد رشدى الاستاذ بكلية آداب القاهرة ٥١ طالبا وطالبة فى منزله لتناول الشاى وقد اشتركت السيدة الفاضلة حرمه فى استقبالهم والترحيب بهم ويهدف سيادته بذلك الى تنمية روح الثقة بين الطالب الجامعى وأستاذه ٠

◆ تقيم جمعية دراسة المجتمع بآداب القاهرة حفلتها السنوية الكبرى للتعارف يوم ٢ مارس القادم

◆ تبدأ اولى مباريات « مسابقة الجامعة للتمثيل » بين جامعة القاهرة وجامعة الاسكندرية على قناع رمسيس الذهبى فى منتصف ابريل القادم على مسرح دار الاوبرا

◆ تقيم دار الاوبرا حفلة خاصة لطلبة وطالبات المعاهد العلمية حيث تقدم فيها فرقة جوليا بيرتو فى مسرحية « السيد » كورنى وذلك فى الساعة الثالثة من بعد ظهر يوم الجمعة ١٢ مارس سنة ١٩٥٤

◆ قدمت جماعة الثقافة الموسيقية بكلية علوم القاهرة قطعتين من موسيقى كورساكوف وروسينى من ١٧ فبراير سنة ١٩٥٤

◆ ستتالف المدينة الجامعية فى الاسكندرية من ثلاثة مبان كبرى اثنان منها ستخصص للطلبة والاخر للطالبات وقد أرسلت الجامعة الى خمسة عشرة جامعة امريكية لتوافيها بتصميمات مبانيها الجامعية للاستعانة بها ٠

نحن نقترح

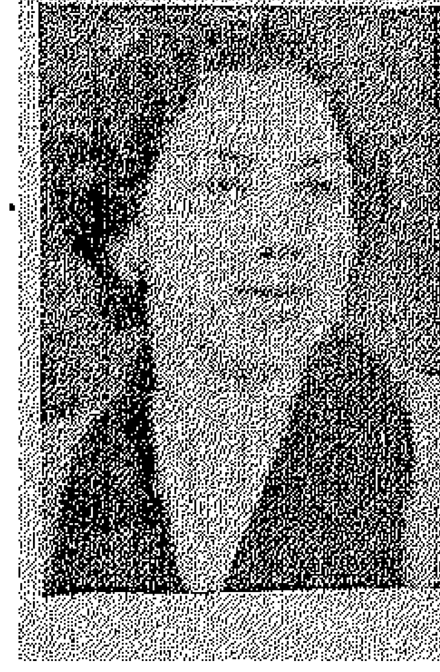
يظهر تحت هذا العنوان كل شهر الاقتراحات والاراء التى ترد الينا ٠٠

وبنت النيل تعلن ترحيبها بكل اقتراح وتعد بنشره ما دام فى حدود القانون والنظام ٠ ٠ وترجو ان ترفق بالاقتراحات صور اصحابها لنشرها بجانب اقتراحاتهم ٠٠



آنسة عطيات على أحمد ـ حقوق القاهرة

الغاء رسوم المكتبة حتى يتسنى لجميع الطلبة والطالبات استعارة الكتب وانشاء ناد خاص بالطالبات فى سائر الكليات أسوة بكلية التجارة ٠



انسة الفت محمود ـ تجارة القاهرة :

الحاق الطالبات بوظائف بالسلك السياسى والنيابة ومساواتهن بزملائهن عند التخرج ٠ ان المرأة يجب أن تتساوى مع الرجل فى الحقوق والواجبات ٠



سلطة الحمص

المقاديـــر :

حوالى ١/٨ اقة حمص شامى لكل ١/٢ رطل طحينة ، قليل من الثوم المدقوق ، عصير ليمونتين . او خل

الطريقـــة :

١ ــ اسلقى الحمص وقشريه من قشرته البيضاء الخارجية ثم دقيه فى هاون رخام او جرن . واحذرى عــدم استعمال الهاون النحاس حتى لا يتغير لون الحمص. ثم صفيه من منخل سلك حتى تحصلى على بيوريه ناعم جدا من الحمص

٢ ــ اخلطى الحمص المصفى بالطحينة فى وعاء صينى ثم اضيفى عليه الثوم بعد دقه جيدا وكذلك الملح

٣ ــ يعجن بعصير الليمون او الخل مع قليل من الماء حتى تحصلى على قوام السلطة المضبوط واحذرى الا تكــون سائلة

٤ ــ اضبطى الطعم بالملح والفلفل ثم اغرفيها فى طبــق السلطة الخاص وزخرفى السطح برشه بقليل مــن الزيت وقليل من المقدونس المفروم

اسطوانة اللحم المفروم

المقادير :

نصف رطل لحم بتلو صغير من الفخذة مفروم ناعم	نصف كوب فتــات خبــز افرنكى بايت
نصف رطل لحم سجق بقرى او يستغنى عنه	١ بيضة للعجن
	ملح وفلفل وبهار
	عصير بصله صغيرة

الطريقـــة :

١ ــ افرمى اللحم البتلو فرما ناعما جدا واخلطيه بلحم السجق ويمكنك الاستغناء عن السجق واخذ كــل الكمية من اللحم البتلو : ويفرم ناعما جدا

٢ ــ اضيفى اليه عصير البصل وفتات الخبز الافرنكى البائت والملح والفلفل والبهار واخلطى الجميع جيدا ولزيادة نعومته دقيه جيدا فى الهاون حتى ينعم اللحم جداً ويصير كالعجينة

٣ ــ اضيفى اليها البيضة وتعجن بها لتتماسك

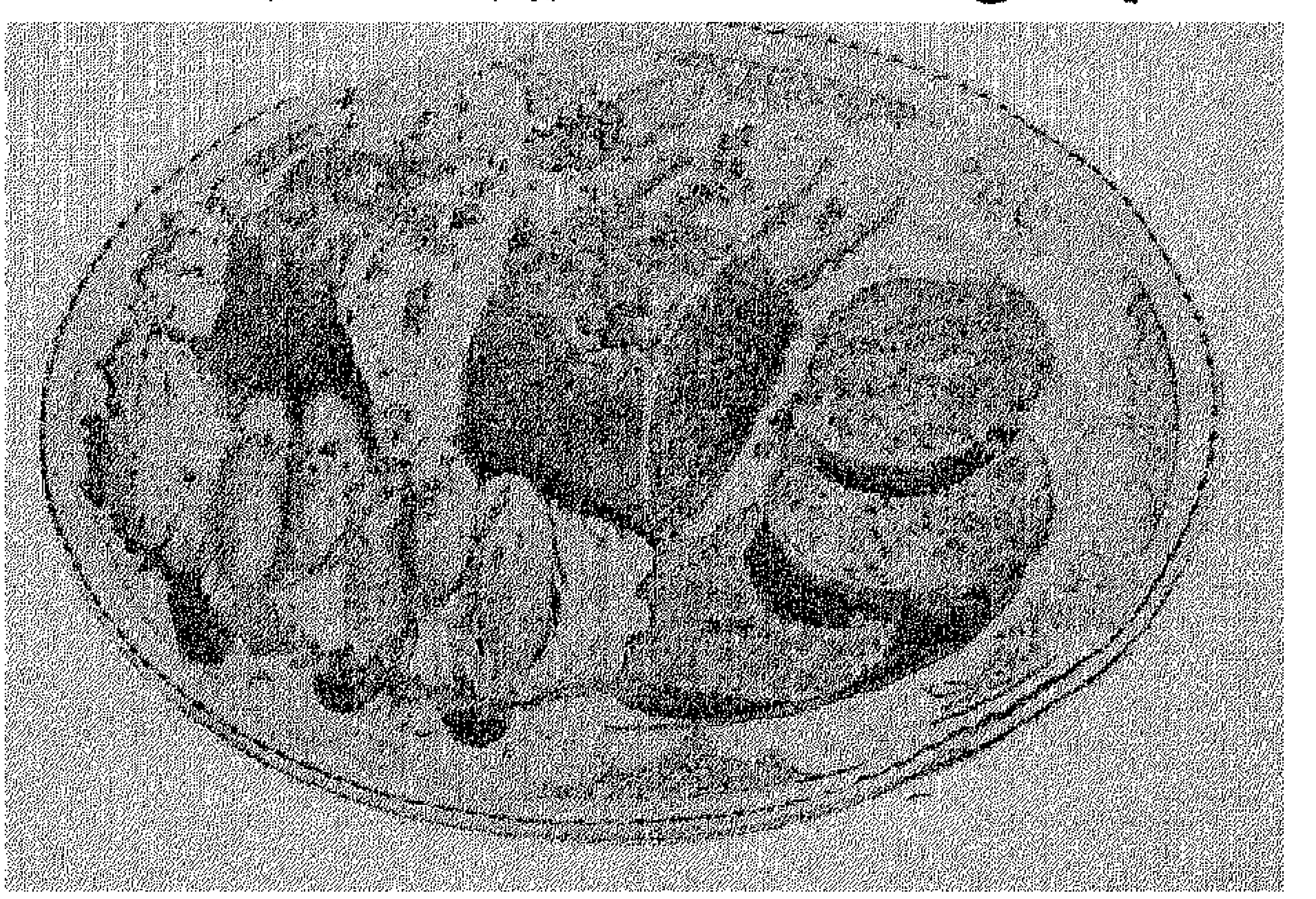
٤ ــ ابرمى اللحم على المنضدة على شكل اسطوانةمستطيلة

٥ ــ احضرى فوطة او قطعة قماش بيضاء نظيفة وافرديها امامك على المنضدة ورشيها بقليل من الدقيق ثــم ضعى عليها اسطوانة اللحم ولفيها فى الفوطة لفا محكما واربطى طرفى الفوطة بدوبارة

٦ ــ ضعى اسطوانة اللحم فى الماء المغلى ومعها قطعة كرفس وبصلة وجزر وغطى الاناء واتركى الجميع على النار لمدة ساعة حتى ينضج اللحم

٧ ــ يرفع من الماء ويفك الخيط والفوطة بخفة ولفى اللحم بعد ذلك فى ورقة شفاف واتركيها تهدأ قليلا ، ثم اقطعى جزءا منها الى شرائح بسكين حاد جدا والا تــكسرت

٨ ــ قدميها فى طبق صينى مستطيل وزخرفى الطبــق بالبطاطس البيوريه ووحدات من الجزر الافرنكــى وقليل من المقدونس المفروم وذلك اذا كنت ستقدمينها للاكل ساخنة : اما اذا رغبــت فى تقديمــها باردة فاستبدلى البطاطس البيوريه والجزر بالخس وحلقات الطماطــــم



الأرز الريفى المفلفل

المقـــادير :

١ كوب ارز	١ بصلة كبيرة
٢ كوب ماء	٤ بيضات او اكثر حســب الرغبة وعدد الاكلين
٢ ملعقة سمن كبيرة	ملح وفلفل

الطريقة :

١ ــ افرمى البصل وحمريه فى السمن المقدوح حتى يصفر لونه فقط ثم اضيفى اليه كمية الماء وقليلا من الملح ويترك على النار ليغلى

٢ ــ اضيفى الارز بعد غسله وهدئى النار وغطــى الاناء واتركى الارز حتى يتشرب معظم مائه

٣ ــ قرب مرحلة النضج وقبل تشربه للجزء الاخير من الماء قلبى الارز مرة واحدة وذلك ليختلط البصل بالارز

٤ ــ اعملى حفر فى الارز واكسرى فى كل حفرة بيضة ورشى فوقها قليلا من الفلفل وغطى كل بيضة بالارز وهكذا حتى ينتهى مقدار البيض الذى ترغبينه

٥ ــ غطى الاناء وهدئى النار واتركى الارز حتى يتم تشرب الماء ويتم نضجه ونضج البيض داخله

٦ ــ عند التقديم اغرفيه فى الطبق المسطح ويقدم ساخنا

ملحوظة :

يمكنك عمل هذا النوع من الطواجن او فى الصينية وفى حالة استعمال الصينية انقلى اليها الارز قبل اضافة البيض وفى هذه الحالة تقدم الصينية كما هى على المائدة

كعكة بنت النيل

لذيذة الطعم واقتصادية وقدميها لاولادك مع فنجان من الشاى عقب عودتهم من المدارس أو فى الفطار مع الشاى . وكذلك يمكنك ان تقدميها لزائريك مع فنجان من الشاى او القهوة :

المقادير :

- ١/٢ كوب سمن جامد او نباتين
- ١٫٥ كوب سكر بودرة
- ٢٫٥ كوب من الدقيق
- ١ ملعقة كبيرة مسحوق القرفة
- ١ ملعقة صغيرة مسحوق زنجبيل
- ٦ بيضات
- مكسرات اذا رغبت فيها
- لبن حسب الحاجة

الطريقة :

١ ــ اضربى السمن جيدا حتى يصير خفيفا هشا ثم اضيفى اليه السكر تدريجيا مع الاستمرار فى الضرب حتى يصير خفيفا هشا كالكريمة

٢ ــ اضربى البيض جيدا ثم اضيفيه جزءا بجزء على خليط السمن والسكر واضربى الجميع جيدا حتى يمتزج

٣ ــ اخلطى الدقيق بالخميرة والقرفة والزنجبيل خلطا تاما . ثم تضاف تدريجيا الى المزيج السابق مع التقليب الجيد حتى يمتزج الجميع واضافة جزء من اللبن ان احتاج الامر وحتى تحصلى على عجينة سهلة الانزلاق من الملعقة

٤ ــ صبيها فى صينية مدهونة جيدا بالسمن ومرشوشة بالدقيق

٥ ــ تخبز فى فرن متوسط الحرارة حتى تنضج

٦ ــ تقلب فوق منخل سلك واتركيها حتى تبرد تماما ثم يرش وجهها رشا خفيفا بقليل من السكر البودرة

٧ ــ قدميها صحيحة كما هى او قطعيها الى قطع ورصيها فوق طبق صينى مسطح مفروش بورقة من الدانتيل

البسبوسة

اجابة لرغبة الكثيرات من القارئات اعيد نشرها . ولكى تحصلى على نتيجة ناجحة فى عمل البسبوسة انبهك الى مراعاة شيئين مهمين : اولهما التأكد من صحة نوع السميط المستعمل ومراعاة ان يكون من النوع الخشن واحسن نوع هو ما يعرف بالسميط الفرنساوى رقم ١ ويمتاز بخشونته لان السميط الناعم يسبب ثقلها وجفافها . وثانيهما : عدم عقد الشربات المستعمل لدرجة تخينة بل يجب ان يكون خفيفا . وضرورة صبه على البسبوسة فورا حالة خروجها من باب الفرن وهى ساخنة

المقادير :

- ١ اقة سميط خشن (فرنساوى رقم ١)
- ١/٤ ١ اقة سكر سنترفيش
- ماء دافىء للعجن
- ٣ كوب ماء
- ١/٤ رطل سمن
- لوز مقشر للتجميل

الطريقة :

١ ــ اخلطى السميط مع مقدار ٣/٤ اقة سكر

٢ ــ خذى باقى مقدار السكر وهو ١/٢ اقة وضعيه فى حلة مع مقدار الماء (٣ كوبات) وارفعيه على نار هادئة ويترك حتى يذوب ويغلى مدة ٥ دقائق على الاكثر حتى لا يثخن ثم يرفع من على النار ويترك حتى يبرد

٣ ــ اعجنى السميط المخلوط بالسكر الجاف بمقدار من الماء ولاحظى ان يكون العجن عن طريق الدعك براحة يديك وبقوة مع اضافة الماء الدافىء جزءا بجزء حتى تحصلى على عجينة يابسة تترك اصابعك عليها اثرا ولكن سهلة العمل عليها واحذرى الا تزيدى عليها الماء فيسبب تلفها وجفافها

٤ ــ ادهنى صينية بالسمن دهنا جيدا وضعى فيها عجينة البسبوسة وافرديها فيها بيدك حتى تتساوى وتفرد فى الصينية ثم قطعيها بالسكين الى خرطات مربعة ويجب ان تكون علامات السكين ظاهرة . اذا كان قوام العجن مضبوطا

٥ ــ زخرفى السطح بوضع لوزه مقشورة فوق كل قطعة

٦ ــ اقدحى مقدار السمن (١/٤ رطل) جيدا ثم رشيه وهو ساخن فوق الصينية

٧ ــ تخبز فى فرن متوسط الحرارة حتى يحمر وجهها وتنضج

٨ ــ تخرج من الفرن وبمجرد خروجها وهى لا زالت قرب باب الفرن تسقى بجميع مقدار الشربات وغطى الصينية بغطاء حلة واتركيها مغطاة حتى تتشرب جميع الشربات

٩ ــ قطعيها الى خرطات حسب العلامات الظاهرة ورصى القطع فى طبق صينى مسطح مفروش بورقة من الدانتيل وتقدم

كريمة المشمش بالالماظيه

المقـــادير :

باكو ألماظية ليمون جاهـــزة (وتباع فى محال البقالة الكبيرة)
علبة صغيرة مشمش محفوظ
ملعقة كبيرة ونصف دقيق
كورن فلور
رطل لبن
سكر للتحلية
قليل من الفانليا

الطريقـــة :

١ ــ صفى الفاكهة من الشراب ويكال ثم يكمل بالمـــاء الساخن ليصل مقداره الى كوبتين .
٢ ــ قطعى الفاكهة قطعا مناسبة .
٣ ــ سخنى عصير الفاكهة المخلوط بالماء ثم أذيبى فيـــه باكو ألماظية الليمون ويقلب من حين لاخر حتى تذوب الجيلاتين عن آخرها وتحلى بالسكر ويضبط طعمها ثم ضعيهـــا فى سلطانية واتركيها فى مكان بارد وعند ما تدخل فى مرحلـــة التجمد أضيفى اليها الفاكهة المقطعة وتقلب فيها لتمتزج .
٤ ــ تصب فى قوالب متعددة بحسب عدد الآكلين أو فى قالب واحد كبير بعد بله بالماء ولاحظى الا تملئى القوالـــب أكثر من نصفها فقط ثم اتركيها حول الثلج لتبرد .
٥ ــ صفى الكورن فلور فى سلطانية ويحلل بقليل من اللبن البارد ثم صفى باقى مقدار اللبن ليغلى على النار بعـــد تحليته بالسكر .
٦ ــ أضيفى اللبن المغلى الى الدقيق المحلل مع التقليب السريع المستمر ثم يعاد الى الكزرولة ويرفع فوق النار الهادئة مع التقليب المستمر لمدة خمس دقائق حتى ينضج الدقيـــق ويغلظ قوام المهلبية .
٧ ــ اضبطى الطعم وأضيفى الفانليا واتركيها لتبرد ببطء وقلبيها من حين لاخر حتى لا تتكون لها طبقة سطحية .
٨ ــ عند ما تهدأ تصب فوق الالماظية الموجودة فى القوالب لتكمل القوالب وتمتلىء .
٩ ــ تترك حول الثلج حتى يكمل تجمدها .
١٠ ــ عند التقديم اغمسى قاع القالب فقط فى ماء دافىء ثم يقلب فى طبق بللورى مسطح وتقدم للاكل مثلجة .

الماسيه الفراولة باللبن

المقـــادير :

١ رطل لبن
١/٤ كوب (نصف رطـــل) عصير فراوله
١ أوقية جيلاتين
٣ ملاعق كبيرة ماء ساخن
قليل من اللون الاحمـــر ان احتاج الامر
كريمة مخفوقة للزخرفة
سكر للتحلية

الطريقـــة :

١ ــ يغلى اللبن ويحلى بالسكر ويترك حتى يدفأ .
٢ ــ أذيبى الجيلاتين فى مقدار المـــاء الساخن ثم أضيفيها الى اللبن الدافىء ثم يترك فى مكان بارد وعند ما يدخل المزيج فى مرحلة التجمد أضيفى عليه عصير الفراولة ثم اضبطى الطعم وأضيفى قليلا من اللون الاحمر ان احتاج الامرلتحسين اللون .
٣ ــ صبى المزيج فى قالب مبلل بالماء ويترك فى الثلاجـــة أو حول الثلج حتى تجمد وتتماسك الالماسية .
٤ ــ عند التقديم تقلب فى طبق بللورى مسطح ويزخرف سطحها بوردات من الكريمة المخفوقة وتقدم .

طعامك فى مارس

الاثنين اول مارس
مسقعة باذنجـــان بدون لحـــم ، سلطـــة زبادى ، مكرونة ، فاكهة

الثلاثاء ٢ مارس
لحـــم بالدمعة ، قلقاس بالخضرة ، ارز مفلفل ، سلطة طماطم ، فاكهة

الاربعاء ٣ مارس
فاصوليا خضراء مكمورة، ارز ريفى بالبيض ، سلطة طحينة ، فاكهة

الخميس ٤ مارس
كباب حلة ، خبـــازة ، دمعه ، ارز مفلفل ، مخلل فاكهة

الجمعة ٥ مارس
محشو كرنب ، دمعـــه ، سلطة خضار ، فاكهة

السبت ٦ مارس
فول اخضر مكمور ، ارز مفلفل ، سـلطة طماطم ، فاكهة

الاحد ٧ مارس
مسقعة قرنبيـــط بدون لحم ، ارز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة

الاثنين ٨ مارس
طعمية ، سلطة خضار ، فاكهة

الثلاثاء ٩ مارس
بازلاء خضراء مكمـــورة ، ارز مفلفل، مخلل، فاكهة

الاربعاء ١٠ مارس
خرشوف بالتربية ، ارز مفلفل بصلصة الطماطم ، سلطة خضار ، فاكهة

الخميس ١١ مارس
فاصوليا جافـــة مكمورة بدون لحم ، ارز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة

الجمعة ١٢ مارس
باميا جافة (ويـــكه) ارز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة

السبت ١٣ مارس
كوسه مكمورة ، مكرونة، مخلل ، فاكهة

الاحد ١٤ مارس
صينية بطاطس باللحم ، ارز مفلفـــل ، سلطـــة خضـــار ، فاكهة

الاثنين ١٥ مارس
عدس مطبوخ ، سلطـــة خضار ، ارز مفلفـــل ، فاكهة

خضروات الربيع

خضروات الربيع

يمتاز فصل الربيع بأنه فصل الزهور والخضر وتكثر فيه أنواع الخضروات التي تمتاز بقيمة غذائية عالية وفوائد طبية ومن هذه الخضر

الجزر : فمنه الاصفر البرتقالي المشهور بالافرنجي ويستعمل في المخللات وسائر المأكولات المطبوخة لقلة المواد السكرية فيه ومنه البلدي وأجود أنواعه الاحمر المصفر المتوسط الحجم والجزر غني جدا بفيتامين ج ويحتوى على نسبة لا بأس بها من فيتامين ب ونسبة قليلة من فيتامين ا كما يحتوى على نسبة كبيرة من أملاح الحديد والكلسيوم وأكله يفيد الصدر ويمنع البلغم ويشفي الكحة كما يفيد الكبد والمعدة ويدر البول ويجدد الدم ، وبذره المغلى يدر البول أيضا ومطبوخ الجزر له هذه الخواص أيضا ويشفى آلام الظهر .

الاسفاناخ « السبانخ » :

نبات غنى بفيتامين ا ، ج ويحتوى على نسبة عالية من فيتامين ب والكيلو جرام من الاسفاناخ يحتوى على نحو ٢٦ مللیجرام من الحديد وهى نسبة كبيرة يندر أن توجد في مثلها من الخضر ولذلك فانه يفيد الناقهين والمرضى بفقر الدم « الانيميا » كما تحتوى على أملاح الكلسيوم والبوتاسيوم والمغنسيوم والفسفور وكلها تساعد على بناء أنسجة الجسم وتقويه العظام ، كما تحتوى على كمية من البروتين والكربوهيدرات . وأجودها ما كان شديد الاخضرار وهى تصلح للبرقان وأمراض الصدر وتقاوم العطش .. وأوراقها تشفى الاورام اذا ضمدت بهما كما أنها ملطفة للحروق اذا غلى مقدار ٣٠ جراما من أوراقها أو جذورها في لتر ماء وغسلت به مواضع الاصابة ، أما اذا شرب منقوعها الناتج من اغلاء مقدار ١٥ جراما من أوراقها في لتر ماء فانه يلطف حدة السعال والزكام .

الخرشوف

أما الخرشوف فهو نبات غنى بفيتامين ا ويحتوى على نسبة قليلة من فيتامين ب ، ج كما أنه غنى بمركبات الحديد فيكثر الدم وهو مقوى للقلب مفيد في حالة البرقان ويحتوى كذلك على كمية كبيرة من المواد النيتروجينية « الازوتية » والكربوهيدراتية ويحتوى أيضا على عناصر الصوديوم والكلسيوم وحمض الفوسفوريك وهو منعش للكبد مفيد لامراض الصفراء والروماتزم كما أنه ملين ومغذ جدا ويوصف كعلاج فى حالة مرض السكر .

الهليون « كشك الماظ » :

يمتاز باحتوائه على كمية كبيرة من الفوسفور ولذلك فانه يفيد كثيرا الذين يقومون بمجهود عقلي ويقوى الاعصاب كما أنه غنى بفيتامين ا ويحتوى على نسبة لا بأس بها من فيتامين ب ونسبة قليلة من فيتامين ج وهو يساعد على ادرار البول .

الفول الرومى :

من أغنى البقول بالبروتين ويحتوى على كمية كبيرة جدا من النشا ومنقوع أزهاره يفيد مرضى البول السكرى شربا .

الفاصوليا الخضراء :

لها قيمة غذائية لاحتوائها على فيتامين ب ، ج كما تحتوى على عناصر بروتينية وكربوهيدراتية .

اللوبيا الخضراء :

تفضل الفول وأكلها يفيد الكلى ويمنع آلام الظهر كما أنها غنية بفيتامين ب وثمارها سهلة الهضم اذا كانت رطبة « غير جافة » .

الكوسة :

أما الكوسة فثمارها ممتلئة بذورا طاردة للديدان وبخاصة الدودة الشريطية تفيد الهضم ولذلك تناسب الناقهين وضعفاء المعدة وعجينتها الساخنة تنفع فى الرضوض والحروق .

الطماطم :

أما سيدة الخضر فهى الطماطم ولا نكون مبالغين اذا قلنا انها سيدة الخضر والفاكهة أيضا فهى مصدر ممتاز وهام لفيتامين ج ، وغنية بفيتامين ب كما تحوى نسبة لا بأس بها من فيتامين ا ، د ولذلك كانت قيمتها الغذائية كبيرة من حيث احتوائها على البروتين والمواد السكرية والدهنية والاحماض النافعه ولغناها بالبكتين ومركبات هامة من الحديد والصوديوم والبوتاسيوم والكالسيوم والمغنسيوم وهذه كلها تفيد الجسم وتقويه وتساعد على بنائه كما أنها مبردة وتساعد على ادرار البول .

الكرفس :

والكرفس نبات عطرى يزيل عسر البول ويذيب الحصى ويشفى الربو وعسر التنفس ويطرد الغازات ويمنع المغص ويطفىء العطش الشديد ويفيد المصابين بعرق النسا ومخلوطه بالنشادر يجلو النمش وهو يخلط بالمأكولات أو يستعمل فى السلاطة .. ويعطى المأكولات طعما مقبولا فيفتح الشهية ولا يحسن اعطاؤه للحوامل . وهو غنى بالكلسيوم والصوديوم والبوتاسيوم كما يستعمل عصيره ضد الروماتزم .

السلق :

تؤكل أوراقه كالسبانخ وهو يدخل فى كثير من الاطعمة ومطبوخه ملين ومدر للبول ومفيد فى التهاب المثانة والكلى وبه نسبة عالية من الحديد وغنى بفيتامين ج

البطاطس :

أما البطاطس فتحتوى على كمية من فيتامين ب ، ج وهى غنية جدا بالمواد النشوية ولذلك فهى تمتزج مع الدهون ويمتصها كالزيت والسمن وكذا تمتزج بالبيض والبسكر وهى طعام مغذ جدا خصوصا للاطفال والناقهين لسهولة هضمه وقد تخلط بدقيق القمح لعمل الخبز ويحصل منها على سكر الجلوكوز بتحويل النشا ويمكن اعتبار هذا النبات من الاغذية الاساسية .

البطاطا :

تشبه كثيرا البطاطس فى تركيبها الغذائي واحتوائها على الفيتامين الا أن نسبة السكر بها تزيد عن البطاطس وتؤكل مشوية أو مسلوقة أو يعمل منها بعض أنواع الحلوى ولهذا النبات قيمة خاصة فى التغذية وبخاصة للاطفال حيث تحتاج أجسامهم للبناء .

الخيار :

والخيار غنى بفيتامين ج مع نسبة متوسطة من فيتامين ا ويحتوى على كثير من الاملاح المعدنية التي من أهمها الصوديوم والكلسيوم والمغنسيوم والفوسفور وكذا السكر والسليلوز وهو يطفىء العطش ويساعد على افراز العصير الصفراوى وينظمه كما أنه يدر البول ويفتت الحصى ويمنع آلام التبول « حرقان البول » ويسكن الصداع ويقى من البرقان وعصيره اذا طلى به الشعر منع تولد الحشرات فيه واذا طحن ودلك به الجسم منع الحرارة والجرب فضلا عن أنه ينعم البشرة ، ولكنه من النباتات الرديئة الهضم ومولد للغازات وأكله بقشره أفيد من تقشيره .

على شعبان

المدرس بالجيزة الإعدادية الثانوية

بنت النيل تحل مشاكلك

غلطة العمر

تزوجتها لجمالها الباهر دون أن أختبر طباعها وميولها ••ولم تمض الاشهر الاولى على زواجنا حتى دب الخلاف بيننا وبدأت حلقاته تتسع يوما بعد آخر •• حتى أصبحت أفكر فى الانفصال عنها تخلصا من الحياة الباردة التافهة التى أعيشها معها •• فهى متحفظة رجعية فى أفكارها متعلقة بكل تافه سخيف من التقاليد ، وأنا على طرف نقيض من ذلك بحكم ثقافتى العالية وميلى للتحضر والمدنية•• وأحسب أنك ستلمسين شقائى لو علمت أنها ترفض الخروج معى الى السينما •• أو الاشتراك معى فى بعض الرحلات التى أنظمها أنا وبعض معارفى وزوجاتهن ، وهى لا تستطيع أن تفهم لماذا أحب الموسيقى أو القراءة •• رغم أنها متعلمة •• وأنا يا سيدتى شاب عصرى مرح لا أستطيع تحمل حياة الجمود والروتين التى تعتقد هى أنها الحياة الهادئة المريحة التى تليق بالاسر المحترمة •• فهل لك وأنت التى تطالبين باخراج المرأة المصرية من التأخر والجمود، هل لك أن تتكرمى بارشادى كيف يمكن لى اخراج هذه الزوجة المتأخرة من جمودها ورجعيتها •• اذا كنت لا توافقين على انفصالى منها •

حسنى •م ـ حلوان

بنت النيل :

وهل من العصرية والمدنية يا سيدى أن يتزوج شاب مثقف مثلك من انسانة لا يعرف شيئا عن طباعها وميولها اكتفاء بحسنها •• انها الغلطة التى نفهمها ممن لم تتوفر فيهم الثقافة العالية والتمدين •• ولكنها تكون جريمة ممن فى حكمك •• لانها الغلطة التى لا تلبث أن تكون المعول الذى تنهار به الاسرة وهناءة الزوجين •• ولكن ما دمت قد تعجلت الامور من البداية •• فعليك الان أن تكفر عن تسرعك بارغام نفسك على التريث والتعقل •• وعندى أن الرجل المثقف هو وحده من يستطيع الارتفاع بمستوى زوجته مهما كانت ، فحاول أن تتقرب أولا الى نفسها باحترام شعورها وتجنب السخرية من أفكارها فلو أمكنك الحصول على ثقتها واطمئنانها كان فى مقدورك بعد ذلك توجيهها ورفعها تدريجيا الى مستواك حتى يأتى اليوم الذى تراها وقد خلقت من جديد ••

مشكلة كل يوم

ضحيت بكل شيء فى سبيله •• فتزوجته رغم ارادة أسرتى ، وبعد ان رفضت الخطيب الغنى الذى كانوا يعدوننى للزواج منه •• ولم اضن عليه بمالى فدفعت له كل ما املك من مال ومجوهرات •• وتحملت قسوته فى معاملتى •• ثلاثة اعوام هى عمر حياتنا الزوجية •• كل ذلك لانه ابن خالتى التى توفيت هى وأمى ونحن ـ انا وهو ـ ما زلنا بعد طفلين •• فوحد اليتم بين نفسينا وبلغ حبى له وعطفى عليه الى هذا الحد الذى جعلنى اترك أسرة أبى التى تولت تربيتى من أجل الزواج به حتى لا أتركه وحيدا فى الحياة •• وهو لا يملك شيئا حيث ما زال والده على قيد الحياة يعيش مع زوجة اخرى وأولاد غيره •• كل هذه التضحيات اقدمت عليها عن طيب خاطر وانا ابنى آمالى على تقديره لموقفى منه حتى استكمل علومه وصار رجلا مثقفا محترم المركز •• ولكن آمالى لم تلبث ان انهارت جميعها من الشهر الاول الذى تناول فيه مرتبا عند ما تخرج واصبح طبيبا •• فقد تغيرت معاملته لى وبدا يعيرنى بان ثقافتى ومركزى لا يليقان به وبالمستقبل العظيم الذى ينتظره •• وزاد آلامى ان علاقته مع الاخريات الان تاخذ شكلا علنيا لايحاول ان يخفيه عنى على الاقل مراعاة لشعورى وكرامتى •• لقد استقر رأيى نهائيا على التخلى عنه والهروب من حياة الهوان معه •• ولكن اين اذهب وقد ضاع مالى وفقدت من اجله عطف اهلى •• وليس لدى استعداد شخصى يساعدنى على حياة العمل بحكم نشاتى المترفة •

زوجة حائرة ـ الحلمية

فاز استفتاء الشهر الماضى باكبر كمية من ردود القراء •• وقد عبرت احدى المشتركات فى الاستفتاء عن سر الاهتمام بهذا الاستفتاء بالذات بأنها مشكلة المجتمع المصرى، بل الشرقى جميعا ،وهناك رأى طريف لاحد الرجال وهو أن على الزوجة أن تتظاهر بالموافقة على معاشرة الضرة الجديدة لتستدرجها الى بيتها ثم تعمل هى وأولادها على تطفيشها بكل وسيلة ! ولكن الاغلبية فى الآراء التى أمامى تدور حول ضرورة ترك حياة الذل والالتجاء الى القضاء لضمان حقوقها وأولادها لانه لا يستحق شرف حب أولاده •

مرض الشباب

مشكلتى يا سيدتى هى اننى شاب فى التاسعة عشرة من عمرى •• فى صحة كاملة وحالة ميسورة•• لا تشغلنى مشاكل عاطفية ولا مادية •• رياضى ـ مجد فى دروسى بعض الشيء •• ومع ذلك فاننى أشكو القلق والضيق فى معظم أيام الاسبوع •• ولما كنت لا أدرى لهذه الحالة سببا أو علاجا •• فقد فكرت فى أن ألجأ اليك أطلب نصحك وتوجيهك خوفا من أن تؤثر هذه الحالة فى تكوين شخصيتى وأعصابى ومستقبلى ••

وديع عطا الله ـ القاهرة

بنت النيل :

تنشأ هذه الحالة لسبب من ثلاثة أسباب •• فاما أن يكون الشاب قد أرغم على سلوك طريق فى الحياة لا يرضى ميوله واتجاهاته الفطرية •• أو أنه يعانى من أزمة جنسية أو عاطفية راسبة فى احساسه وعقله الباطن•• أو ربما كان السبب راجعا لحالة نفسية بسبب الفراغ أو البيئة أو انعدام الاصدقاء أو ضعف الشخصية التى تولد فى حالة من الخوف والقلق وعدم الثقة فى النفس والمستقبل •

ولذلك فاننى أنصحك أن تتولى بنفسك أمر معالجة هذه الحالة التى تشكو منها •• ولتكن صريحا مع نفسك حتى تتمكن من تحديد السبب •• ومتى وفقت الى ذلك أصبح العلاج ميسورا ولن يكلفك سوى المبادرة الى التخلص من هذا السبب بوسائل طبيعية •• وثمة نصائح عامة تساعدك على ذلك وهى أن تكثر من ممارسة الرياضة وانشاء علاقات صداقة مع من تثق فى اخلاصهم من

زملائك الذين في سنك . وأن تجتهد في ابعاد خيالك عن المسائل الجنسية والانفعالات العاطفية وأن تحاول شغل الفائض من وقتك في هواية من الهوايات أو القراءة أو الرحلات .

حياتنا الزوجية .. حرب

ماذا تفعل الزوجة عندما تقف على خيانة زوجها لها مع أقرب صديقاتها .. اذا كانت أما لثلاثة أطفال وعاشقة لهذا الزوج الخائن ، هل تكاشفه بعلمها بخيانته لها .. هل تترك له البيت غاضبة لعله يخجل من تصرفه .. أو هل تحاول نزع حبه من قلبها بعد أن أثبتت خيانته أنه غير جدير بحبها ، هذه يا سيدتي وغيرها من الاسئلة المعقدة جعلتني أعيش في دوامة من التفكير فيها حتى أوشكت أعصابي أن تنهار أو يذهب عقلي مع آخر خيط من ثقتي في زوجي الذي عشت حياتي على أمل حبه واخلاصه لي .. وكثيرا ما أهم بالثورة في وجهه .. ثم أمسك اشفاقا من هدم بيتي ومستقبل أطفالي .. ولكن أعود فأتهم نفسي بالجبن الذي يولده في نفسي شدة حبي لزوجي .. فهل لك أن تنقذيني من هذه الالام التي لا أجد السبيل الى التخلص منها بما يعيد الى زوجي أو على الاصح ثقتي فيه وفي نفسي فقد أصبحت أشعر أن هربه مني ربما كان لنقص في شخصي أو أنوثتي بعد أن كنت شديدة الاعتزاز بثقتي في نفسي !

مديحة . ع - الزمالك

بنت النيل :

اذا كان هناك نقص .. فهو ولا شك في نفسية حضرة الزوج الذي لم يجد من ضميره وازعا ينقذه من ارتكاب هذه الجريمة المزدوجة وهي خيانته لزوجته التي تفيض مشاعرها بحبه .. الى جانب اغرائه صديقتك على التنكر لحق صداقتكما ولكني مع ذلك أنصحك بألا تتمادي في التفكير في الامر .. ويؤسفني أن أصارحك بأن التجارب قد أصبحت تؤكد أن مثل هذه التصرفات المخجلة يمارسها كثير من الرجال المتزوجين في منطق عجيب اذ يحاولون تبرير جريمتهم في حق الزوجية بأن الامر يتصل بعلاقاتهم الزوجية وهو منطق رغم ضعفه الا أنه يحمل بعض العزاء للزوجات .. ورأيي أن تحاولي ما أمكنك عدم مصارحته بوقوفك على سره وأن تبعدي عن ذهنك فكرة الغضب ، فالبيت بيتك أنت وأطفالك وعليك أن تبذلي جهدك في سبيل كسب مشاعر زوجك دون أن تشعريه بالسبب في اهتمامك به .. وسترين أنك بحنوك وعفوك ستنتصرين .. فالحياة الزوجية يا سيدتي ميدان حرب والزوجة الضعيفة هي التي تلقي سلاحها وتهرب من أول معركة ..

بين العاطفة والضمير

حدث أن غادرت بلدتي في الصعيد في الشتاء الماضي لزيارة خالتي في القاهرة ، وهناك التقيت بابن خالتي هذه بحكم اقامتي في منزلهم ورغم انه متزوج وله ابنة طفلة الا أنه راح يلاحقني بمغازلته في الحاح حتى عدت الى بلدي وأنا أحمل بين جنبي عاطفة قوية له .. وما كدت أستقر في بيتي بعد عودتي حتى راحت رسائله تنهال على تصف حبه لي واعجابه بجمالي .. وأخيرا سقطت احدى هذه الرسائل في يد والدي الذي أهانني كثيرا على ذلك .. فاضطررت لارسال خطاب لابن خالتي أرجوه فيه أن يوقف رسائله خوفا من شدة أبي وعقابه لي ولكن خطابي وقع بدوره في يد زوجته التي عرفت كيف تثير المسألة وتكبرها ..

والان عادت المسألة الى التحرج حيث تقدم ابن عمي لطلب الزواج مني .. ولكنني أخشى أن يكون قلبي لم يعد معي لازف به الى غير هذا الذي ملك مشاعري كما أخشى أن تصل قصة الخطابات المتبادلة بيني وبين ابن خالتي الى زوجي المنتظر فيستغلها ضدي في مستقبلي معه ..

بنت النيل :

كان عليك أن تقدري خطأ مراسلتك لرجل لن يكون لتطفله على حياتك وعواطفك نتيجة غير هذا الندم الذي تعيشين فيه .. ونصيحتي اليك هي أن تبذلي جهدك لتناسيه لان أية علاقة بينه وبينك هي خيانة منه ضد زوجته وخيانة منك ضد الرجل الذي تقدم لمنحك شرف حمل اسمه .. وتستطيعين التخلص من الشعور بالخوف من كشف المسألة لزوجك بأن تبادري أنت الى مصارحته بالحقيقة لانك أقدر على اظهار براءة موقفك من غيرك .. وعندي أن الصراحة بين الزوجين في كل الامور هي أساس السعادة الزوجية وراحة الضمير ..

الى رئيسة التحرير

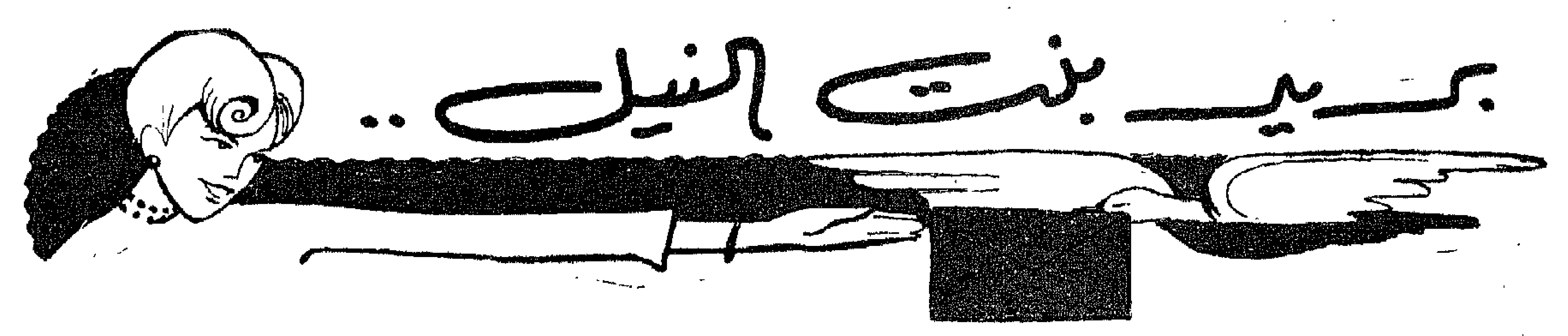
سيدتي :

لم اجد من الجأ اليه اطلب المشورة في مشكلتي سواك . حيث ان وضعي في بيتي لا يجيز لي وانا الفتاة الصغيرة ان اتحدث صراحة الى ابوي في شأن زواجي ومستقبلي ، كما انني لا أستطيع مواصلة الصمت وأنا أرى فرصة زواجي من الرجل الذي اختارني والذي ارتضاه ضميري توشك ان تضيع من حياتي دون ان أجد من اتحدث اليه في ذلك بعد ان رفضت عائلتي الموافقة على زواجي منه بحجة انه موظف بسيط وعلى درجة متوسطة من العلم لا تصل الى المؤهلات العالية التي يملكها أزواج فتيات عائلتنا .. في حين ان معرفتي بهذا الخطيب اقنعتني بسمو خلقه واستقامته .. فهل استمر في عدم التدخل في الامر او هل يجوز للفتاة ان تبدي رايها في شأن زواجها ؟

ان حق الفتاة في الاشتراك مع أسرتها في الفصل في شان زواجها هو حق طبيعي وشرعي . فقد اشترطت الشريعة موافقة الفتاة على خطبة من يتقدم لها . وقد حدث أن ذهبت فتاة الى النبي صلى الله عليه وسلم وقالت ان اباها قد اختار لها ابن أخيه للتزوج به دون أخذ رأيها في ذلك .. فقال لها النبي .. لك أن تردي هذا الزواج ما دمت لا تستشارين فيه .. فتهللت الفتاة وأجابت ليس لدي اعتراض على هذا الاختيار .. ولكن فقط أردت أن يعلم الاباء أن ليس لهم من الامر في ذلك شيء !

وهذه القصة تؤكد أن حق الاختيار في الزواج هو للفتاة قبل أي انسان آخر .. لانه أساس مستقبلها وحياتها هي .. ولكن ذلك لا يعني أن تتجاهل الحكمة في اشتراك الاهل في الرأي .. فعليك أن تصارحي أبويك برأيك وأنت مطمئنة .. وحاولي أن تقنعيهما بأن الخلق القوي والاستقامة والمحبة هي أسمى المؤهلات التي يجب أن تتوفر في الزوج قبل المؤهلات الدراسية والمظاهر الجوفاء .. مع تمنياتي لك بالسعادة .

رئيسة التحرير



يجيب على هذا البريد طبيب بنت النيل الخاص

ن.م. الحلمية الجديدة :

استعملى لشعرك دواء جاهزا اسمه سلسن وبداخله طريقة الاستعمال وأفيدى المجلة اذا كان بشعرك قشر أم لا

انسة ر.ص ـ فاقوس :

ارجعى الى ما كتبناه للقارئتين س.ا. الغاياتى وا.ع جلال

امتحنى معلوماتك التاريخية

الاجابة الصحيحة

« انظرى ص ١١ »

١ ــ السنوسية .
٢ ــ فرنسا .
٣ ــ طرابلس .
٤ ــ زيور .
٥ ــ كل هذه الموانى .



اكرام جمال ــ دمشق :

لابد أنه قد انتابك ضعف فى المبيض بعد هذه الولادة ولذا يجب أن تعرضى نفسك اما على اخصائى فى الغدد أو أمراض النساء

ا.ع. جلال :

لعلاج هذه الحبيبات يجب أن تمتنعى عن الحوادق والحريفات فى غذائك وكذلك الشيكولاتة وتقللى من أكل النشويات كالارز والمكرونة والخبز والدهنيات . واكثرى من الخضروات الطازجة والفاكهة واللحوم الحمراء مع استعمال صابون الكبريت للوجه بعد استشارة الطبيب وعلاج أى مرض باطنى موجود كأمراض الكبد والامعاء والامساك المزمن ولعلاج الشعر بالوجه لابد من عرض نفسك على أخصائى فى الغدد ونفس الاخصائى سيعطيك تفسيرا لصغر صدرك

الحائرة ارين ل. :

الاماكن الغامقة فى جسمك يمكن علاجها بأشعة اكس السطحية

انعام عبد الحميد :

ارجعى الى ما كتبناه للقارئة ن. م. الحلمية

س.ع دمنهور :

استعملى (الحناء السوداء أو ما يسمى بالحناء البغدادى)

ع.ح.ا. طنطا :

استعملى د.د.ت. وادهنى شعرها قبل النوم بمرهم زئبق الى أن يضيع مع غسل الراس بماء ساخن مرة كل أسبوع على الاقل وتسريحه بمشط جرد

ج.م.غ. شرقية :

استعملى مكمدات كالدريل كل ٤ أو ٥ ساعات أما بخصوص ازالة الشعر الزائد فانه يرجع منه جزء صغير لا يذكر

الانسة ت. محمود السيد بالاسكندرية :

اقرئى العلاج المنشور فى هذا العدد قبلك مباشرة .

سعاد ب.ب. لبنان :

استعملى ايهما فالاثنان مفيدان قبل النوم نظفى وجهك بكريم تنظيف ثم ضعى كريما مغذيا للبشرة

ملك محمود احمد اللبان :

اعرضى نفسك على اخصائى الغدد

بريد الجمال

تجيب على هذا البريد اليزابيث أردن اخصائية التجميل

هند بالفيوم : (١) للبقع التى على الانف استعملى انتى براون ماسك ولكن لا تضعيه قرب العينين لان الجلد حول العينين حساس جدا (٢) لضعف الشعر استعملى هير تونك رقم ٢ وفرشى شعرك بقوة لمدة ربع ساعة قبل النوم وادهنيه باليزابث اردن ودلكى به جلدة رأسك لمدة ساعة قبل استعمال الشامبو .

سيدة بالمنصورة : للشعر النامى فى ذقنك استعملى اليزابث آردن واكس رديكيتور . ولحالة ترهل البطن مارسى التمرينات الرياضية المناسبة لهذه الحالة لمدة عشرين دقيقة يوميا

سهام على : استعملى بلينشنج كريم مرتين فى الاسبوع للوجه واتركيه لمدة نصف ساعة . أما العنق والذراعان فاستعملى لها بليشنج كريم أيضا يوميا واتركيه لمدة ساعة . أما التواليت فليكن خفيفا والوانه فاتحة من البوردة والاحمر

مشتركة اروى مهنا : (١) نظفى بشرة وجهك بكلينزنج كريم ثم أزيليه بكلينزنج تسيوز واستعملى بعد ذلك سكين تونك ثم ادهنى فلنا كريم وايت اور كريم . وكان بودنا أن تمرى على صالوننا بعمارة أيموبيليا لنقدم لك النصائح اللازمة (٢) ايت اور كريم يباع فى المحلات الكبرى بالقاهرة

الحائرة بالقاهرة : اتصلى باحد المحلات الكبرى فى القاهرة واشترى سورنج كريم

ج.ك. حلب : لازالة حب الشباب يجب أن نهتمى اولا بالابتعاد عن تناول المخللات والبهارات والفلفل والمواد الدهنية والنشوية والحلويات ثم اشربى مقدارا كافيا من الماء يوميا بين الوجبات ونظفى بشرة وجهك يوميا فى الصباح وقبل النوم بملكى لكويد كلينزر وأزيليه بكلينزنج تسيوز ثم ادهنى سيوت بروف لوشن خصوصا فى المكان الذى تكثر فيه الحبوب وان كان فى هذه الحبوب افرازات فانصحك باستعمال سوذنج لوشن . والافضل أن تمرى علينا فى صالوننا بعمارة ايموبيليا لنختبر نوع بشرتك ونقدم لك النصائح الكافية .

سوسن م . بيروت : لحالة ترهل البطن مارسى الالعاب الرياضية أو المساج وكذلك لتنحيف الوسط

شريفة كمال : نظفى وجهك بملكى لكويد كلينزر ولاتساع المسام استعملى بور كريم وللحبوب استعملى سيت بروف كريم

حرم ص . سرور : عودى الى الاجابة الموجهة الى ج.ك. حلب

زينات : استعملى لشعرك هير تونك رقم ١ واغسليه ببيلو جراس شامبو .

انسة ن . م . بالهرم لاتغسلى وجهك بالماء والصابون بل نظفيه بكلينزنج كريم ثم استعملى سكين تونك ثم اورنج سكين تود وللتجاعيد حول العينين استعملى مسل اويل وكمادات الشاى قبل النوم

السيدة ج.ح :

بليشنج كريم يصلح لحالات معينة، نرجو افادتنا قبل أن ننصحك باستعماله عما اذا كانت هذه البقع طبيعية أو متسببة عن حبوب .

آنسة خيرية محمد ــ بالاقصر :

نرجو ارسال حوالة بريدية بمبلغ ١٣٣ قرشا صاغا أو يمكنك الحصول عليه من محلات ماجليفراى ستور باسوان .

السيدة امينة فودة ــ جيزة :

لعلاج البقع السوداء نوصى باستعمال كلينزنج كريم وسكين تونيك لتنظيف البشرة بدلا من الماء والصابون . كما نوصى باستعمال « آنتى براون ماسك » مرة فى الاسبوع . ويستحسن لو عرضت نفسك على الاخصائية بصالون آردن لارشادك الى أحسن الطرق للعناية ببشرتك بدون مقابل .

قارئة : د.ب

ننصحك باستشارة حلاق مختص لارشادك الى الطريقة المناسبة .



امال ع. بالقاهرة :

لا يمكن تحديد موعد صـــدور كتاب مطبخ بنت النيل ولكن نبادر الى اطمئنانك الى ان انتظارك لـن يطول

انسة ع.ب بهجورة :

جانيت جرجس بمصر :

سنجيبك الى طلبك قريبا

بخصوص ما تطلبينـــه مـن نشر رسم لحزام من الكنافاة فسوأفيك برغبتك قريبا ان شاء الله .

انسة اسمات بطنطا :

صفار لون الصوف الذي ظهر على سطح البلوزة الصوف المعرض لحرارة الشمس دليل قاطع على ان حرارة الشمس النى جففت فيهـا البلوزة كانت شديدة . وسبق ان اوضحت ان الحرارة الشـديدة فى الماء تسبب صفار لـون الصوف الابيض وانكماش الصوف عموما . ومن الصعب ازالة هذه الظاهرة لان بلوزتك فيها خطان من اللون الكحلى فى الحزام والاكمام

شريفة كمال :

اغسلى فستانك الدانتيل الابيض بماء دافىء وملوب صابون مع الضغط الخفيف بين راحتى اليد فى الغسل والعصر واجتنبي الدعك لانه يمزق الدانتيلا . ثم اشطفيه فى ماء دافىء ثم فى ماء بارد : واذا كانت الدانتيل من الحرير فاضيفى مقدار ملعقتين كبيرتين من ماء الصمغ الى مـــاء الشطف وذلك لتقوية الدانتيـــلا واعادة رونقها وصلابتها اليها : اما اذا كانت من القطن فتنشى فى نشا عادى نسبته مقدار من النشاء المطبوخ الى ٨ اجزاء من الماء ثم يعصر بخفة ويلف فى فوطة نظيفة ثم يكوى وهو مندى قليلا بمكواة متوسطة الحرارة وعلى الظهر

المشتركة ف.ز. مصر الجديدة :

كلمة مكمور : هى طريقة من طرق طهى الخضر ؛ ومعناها طهى الخضر مع اللحم والماء او البهريز فى وقت واحد ، ويمتاز هذا النوع من الطهى بوجود صلصة كثيرة مع الخضـــار قد تساعد على كمية استهـــلاكه فى العائلات الكثيرة الافراد بخـــلاف الخضر التى تطهى بطريقة التسبيك البطىء او ما يعرف بمعنى «الدقية او المسقعة» وكلمة مكمور ايضـــا معناها طهى الخضر مع البهريز او الماء بدون غيرها

اما بخصوص سؤالك الثانـــى فنحن نأسف لعدم اجابة رغبتـك ويمكنك انت ان تكبرى رسمة الكولة بالحجم والمقاس الذى ترغبينه .

نوال . صديقة بنت النيل :

سنجيبك الى رغبتك قريبا ان شاء اللـــه

السيدة ف.ف المنصورة :

التورتة ذات الدور الواحد او الدورين لا تقدم فى أعياد الميـلاد بل تقدم فقط فى حفلات العرس. اما حفلات عيد الميلاد فيقدم فيهـا اى نوع من انواع التورتات العادية المغطاة بانواع الحلوى المختلفـــة ويرص عليها الشمع بعدد سنوات الميلاد فاصنعى اى تورتة من التورتات التي سبق ان نشرتها فى الاعـداد السابقة وقد نشرت فى هذا العـــدد تورتة شيكولاته يمكنك ان تعمليهـا وضاعفى المقدار واختارى صوانـى كبيرة اذا رغبت ان تكون التورتـة ذات حجم واسع ، وزخرفيها حسب ذوقك واكتبى عليها «ميلاد سعيد» ورصى حولها الشمع

الى السيدة حرم م. عز الدين محمود

سنلبى طلبك فى القريب العاجل هذا ويمكنك أخذ أى وحدة من وحدات الرسومات التى تنشر فى صفحات التطريز وعملها على مفرش البيانو الذى تنوين عمله .

الى الانسة ج.غ.ف. بميت غمر

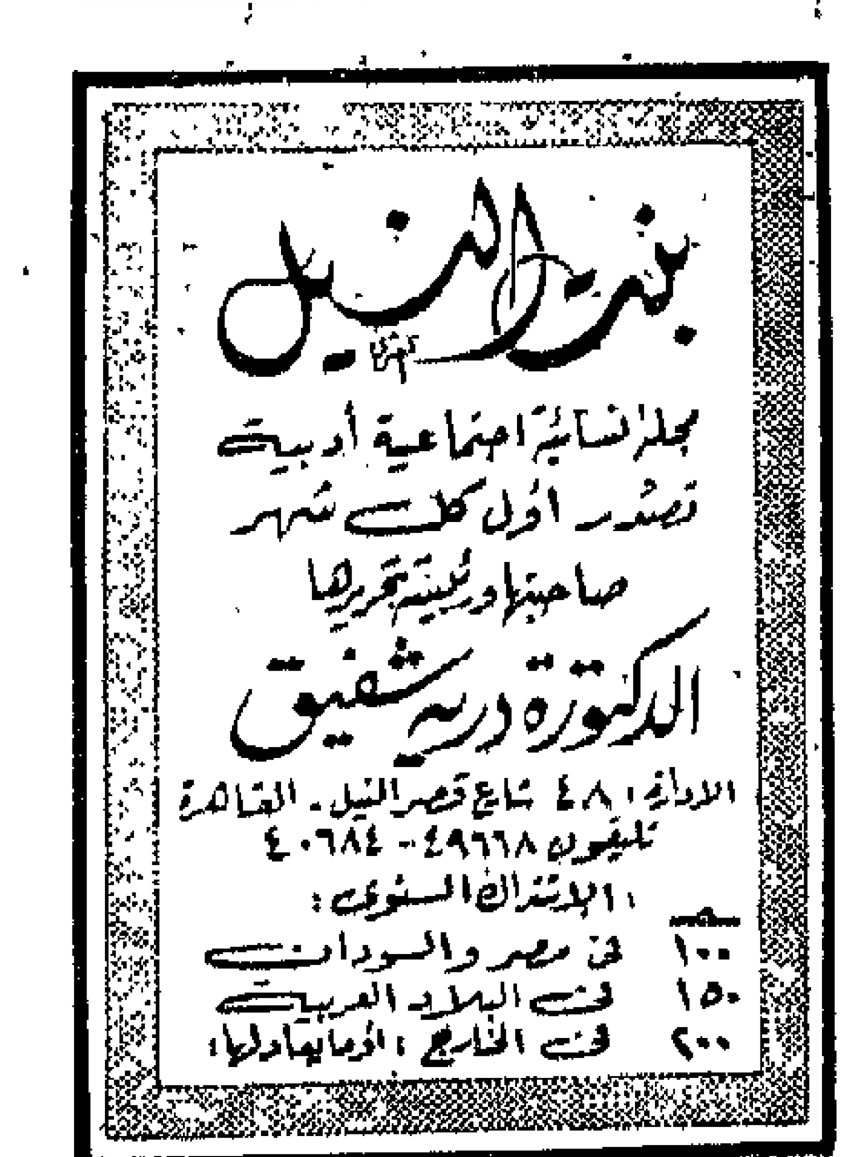
سنجيبك الى رغبتك قريبا جـدا فى صفحة « اصنعى ملابسك بنفسك والسبب فى عدم السرعة فى تلبية طلبك هو ان اخصائية بنت النيل فى التفصيل تسير فى دروسها على صفحات المجلة بطريقة تدريجية معينة .

ريرى بأسوان

بخصوص سؤالك عن البهـــتان الذي حدث فى قميص شقيقـــك الافرنكى .. فمع الاسف ان البقـع التى تحدث نتيجة بهتان الالوان على بعضها من المستحيل ازالتهـــا لا سيما اذا حدثت على أقمشة رفيعة ملونة مثل اللون الذى ذكرته .. وربما زالت هذه البقعة بمرور

الى ح. فكرى بالمنزلة

ارجعى الى عدد نوفمبر سنة ١٩٥٢ من مجلة بنت النيل تجدى طلبك .



دروس فى التجميل

فى نادى اتحاد بنت النيل



يسرنا أن نزف الى قارئات بنت النيل وصديقاتها بشرى قيام مندوبة اليزابث آردن بالقاء دروس فى التجميـل كل يوم أربعاء من الساعـة الرابعة الى السابعة مساء فى نادى اتحاد بنت النيـــل بشارع قصر النيل رقم ٤٨ « الدور الثانى »

كيف تعنين بوجهك بنفسك

درس واحد يستغرق ثلاث ساعات تصبحين بعـــده اخصائية فى التجميل، مقابل ١٢٥ قرشا ويشمل :

أولا ــ العلاج

ثانيا ــ المســـتحضرات الاساسية الثـلاثة لاليزابث آردن . وهى ا) المقـوى . ب) مزيل الماكياج . جـ) كريم مغذ

وفى أثناء الاستراحة تقدم اليزابث آردن الشاى والقهوة والبسكويت الخ ...

فسارعى بتقييد اسمـك قبل موعد الدرس بأسبوع واحد على الاقل فى نـــادى اتحاد بنت النيل بشارع قصر النيل رقم ٤٨ **صباحا فقط** من العاشرة الى الساعــــة الواحدة تليفون ٤٠٦٨٤ و٤٩٦٦٨

والدرس الاول يبدأ يـوم الاربعاء الموافق ١٠ مـارس سنة ١٩٥٤ الساعة الرابعة تماما بعد الظهر .

بريد المشكلات

الام القارئة ن.م.د. :

الاعداد الاولى نفذت وبعـــض الاعداد الاخرى موجودة وثمـــن النسخة عشرون قرشا

الى القارئة م.ت ــ مصر

لا تيـــأسى .. فالعلم يطلب من المهد الى اللحد .. حاولى الاشتراك فى الجامعة الشعبية واهتمى بالمطالعة فالاطلاع هو أساس الثقافة وتحصيل المعارف .

الى الانسة انشراح ــ القلل

يمكنك ما دمت حاصلة على الشهادة المتوسطة المذاكرة فى البيت والتقدم الى أقرب لجنة لامتحان الثقافة مع طلبة المنازل .

الى المواطنة الهام محمود عفيفى

اليك اسم كتاب لتعليم الانجليزية وهو جزآن

ESSENTIAL ENGLISH

كما يمكنك الانتساب الى الشعبة الانجليزية فى الجامعة الشـــعبية ومصروفاتها خمسون قرشا فى العام

الى القارئة رقية محمود :

اتصلى بمدرسة المرأة الجـديدة للتمريض وهى خلف مبرة محمد على بمصر القديمة .



عـــود الى الفرقة المصرية الحديثة ..!



زارت السيدة تحية كاريوكا دار بنت النيل ، وترى عند انصرافها في حديث هام مع المحرر الفني لبنت النيل .

* * *

الام الفنانة

◆ ينظم القسم الفني بالمجلة مع اتحاد بنت النيل انتخابا لاختيار « الام الفنانة » لعام ١٩٥٤ بين الفنانات الامهات ، وتعلن في العدد القادم تفاصيل هذا الانتخاب .

* * *

المسرح الجامعي

◆ أصبح في حكم المقرر ان تبدأ مباريات المسرح الجامعي بين جميع كليات جامعة القاهرة في خلال شهر مارس الحالي بمسرح حديقة الازبكية كما تبدأ في شهر ابريل المقبل مباريات بطولة الجامعات المصرية في التمثيل على المسرح .

* * *

الغاء عيد رمسيس

◆ ينتظر الغاء حفلات عيد ذكرى مسرح رمسيس هذا العام لظروف طارئة كما الغت جامعة القاهرة حفلة الاستقبال التى كان مزمعا اقامتها بالحرم الجامعي لهذه المناسبة .



يبدو أن كلمتنا في العدد الماضي حول الفرقة المصرية قد أغضبت بعض أصدقائنا ، ولهذا نعود الى الموضوع ذاته مرة أخرى ، لاننا لا نفكر في رضائهم أو غضبهم بقدر ما نفكر في أن نجدهم يحققون النجاح الذي نرجوه لهم ومنهم .

ان مهمتنا ليست هي اطلاق البخور بالحمد والثناء والتصفيق لاصدقائنا الذين نحبهم ونعزهم ونحترمهم ، ولكن مهمتنا هنا هي أن نأخذ بأيديهم الى النصر الذي ينتظرهم ..

واذا كان أصدقاؤنا يريدون مزيدا من الكلام فاننا نقول لهم ان العمل في الفرقة المصرية الحديثة مرتجل ، بدأ مرتجلا ونخشى أن ينتهي الموسم — ونحن على أبواب انتهائه — وهو في سياسة ارتجال ..!

حقا ان مقاليد الامور في الفرقة قد ألقيت بين يدى الاستاذ يوسف وهبي متأخرة ، وكان اللازم أن توضع المقاليد بين يديه قبل بداية الموسم بوقت كاف ليستطيع أن يعد موسما ممتازا منظما ينقذ الفرقة من هذا الارتجال .. ولكن هذا العذر وحده لا يكفي، لا يكفي في تبرير عدم الانتظام في برنامج الفرقة الذي اطلعنا عليه فوجدناه شيئا مطابقا لبرنامج رمسيس منذ ثلاثين عاما ، ومع فارق واحد هو : أن برنامج رمسيس منذ ثلاثين عاما كان أقوى وأعظم وأجمل وأدق من هذا البرنامج . كان الستار يرفع في موعده حتى لتضبط ساعات المتفرجين على رفع الستار ... وكانت المسرحيات تقدم في المواعيد والايام المقررة لها تماما لا أن تلغى المسرحيات بغير سبب وتتقدم وتتأخر بغير سبب ، ومنذ بداية الموسم الى الان لم تقدم الفرقة أي مسرحية جديدة فكلها قديمة مثلت منذ عشرات السنين اللهم الا القليل . سواء منها المقتبسة أو المترجمة .

ان الجمهور لا يهمه أن تعقد اللجان وتجتمع وتنفض وتقرر وترفض ، ولكن الجمهور يهمه أن يشاهد انتاجا وتقدما ووثبة حقيقية بالمسرح المصري الحديث في عهده الثائر الجديد .

هذا الكلام نقوله ونصر عليه لاننا نعلم أن الاستاذ يوسف وهبي قادر على تحقيقه وتحقيق العدالة بين أفراد الفرقة ، وأن يوسف وهبي أيضا عدو الارتجال والظلم في العمل وأستاذ الدقة والنظام لاجيال من ممثلي مصر ..

وان الامال التي عقدت عليه في وثبة المسرح المصري كبيرة .. وهي أكبر من أن تعالج بالكلام وبالغضب، فاغضبوا منا يا أصدقاءنا لاننا نحبكم ولاننا نعمل لنجد الامال الكبيرة المعقودة عليكم قد تحققت على أيديكم .

« ى »



موعـــد مع الحياة ...



الصبا .. يتحدى ..!



همسات فنية

قانون وآداب المسرح

علمنا أخيرا أن الصاغ كمال الدين حسين وزير الشئون الاجتماعية قد طلب من الفنيين في الوزارة اعداد مشروع قانون بتنظيم دخول الاحداث الى الملاهى والمحال العامة .

ولقد سررنا كثيرا لهذه العناية من الوزير الشاب ، بأمر حقوق الاحداث الخلقية على مجتمعنا المصرى ، وهى العناية التى طالما طالبنا المسئولين فى العهود الماضية بأن يعيروا الاحداث عندنا شيئا منها .

قلنا اننا نريد أن يعرف جمهورنا أن دار التمثيل ليست هى المكان المخصص لقزقزة اللب والفول السودانى ، وأن دار السينما ليست هى المكان المخصص لينقل اليه جمهور المتفرجين صنوف المأكولات معهم من الخارج كأنهم فى رحلة الى حديقة الحيوانات فى شم النسيم ..!

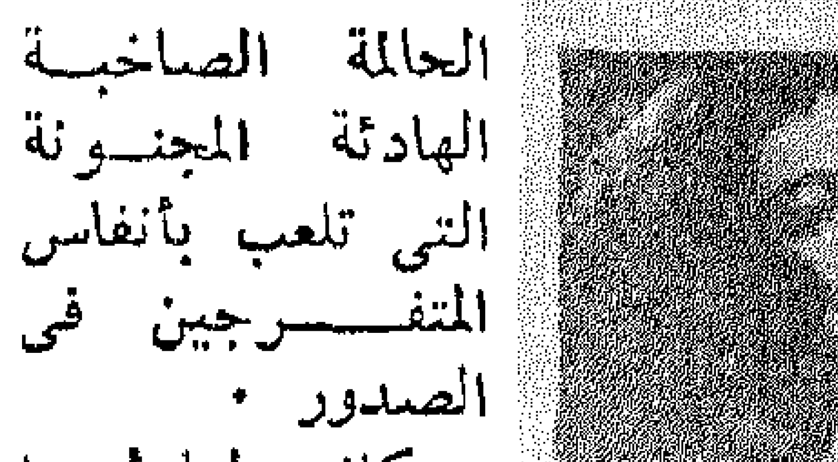
قلنا هذا وقلنا أكثر منه وانتظرنا من الدولة طويلا أن تعلم جمهورنا المتفرج كيف لا يضع أقدامه مثلا على المقاعد التى تكون أمامه ، وكيف لا يصل الى الدار متأخرا عن بداية الحفلات ليزعج الممثلين ويزعج جمهور المتفرجين .. وكيف لا يتحدث ولا يدخن ولا يجلس فى غير مكانه ..

قلنا أشياء كثيرة وانتظرنا لنرى كيف تأخذ الدولة عندنا بأيدى الجمهور الى المكان الصحيح .

لهذا فاننا نستبشر خيرا بالمشروع الذى طلب الوزير الثائر اعداده ، ونوقن أنه خطوة ستتلوها خطوات فى بناء مجتمعنا الفنى فى مصر .

حلم ليلة مع الاوبرا الايطالية

شهدت دار الاوبرا المصرية في الايام الاخيرة فرقة الاوبرا الايطالية ، وللاوبرا الايطالية فى مصر مواسم عديدة ، ولهذا لم تعد دارنا غريبة على الفرق الايطالية التي تلعب أدوارها عليها منذ عشرات السنين .



تمنيت وأنا أشاهد الفرقة الايطالية أن أرى مكانها فرقة للاوبرا المصرية ، تستطيع أن تجذب القلوب والعيون والاسماع ، وتستطيع أن تنتزع اعجاب جمهور المشاهدين بأدائها وموسيقاها الحالمة الصاخبة الهادئة المجنونة التى تلعب بأنفاس المتفرجين فى الصدور .

كانت لنا أوبرا مصرية منذ ثلاثين عاما أو يزيد .. وكانت الاوبرا المصرية عندنا تستطيع أن تفوق أى لون من ألوان التمثيل التى تقدمها مسارحنا الان فى مصر .. وكان شىء من العناية بأمر الاوبرا المصرية منذ ذلك التاريخ جديرا بأن يجعل منها اليوم الحلم الذى كنت أحلم به وأنا أشاهد هذه الفرقة الايطالية .



آمال وحيد

انسانة ... طيبة القلب .. لمع نجمها سريعا .. ولسبب خاص انطفأ نجمها سريعا أيضا .. وعادت بعد سنوات تلحق بالقطار السريع .. رياضية .. تهوى الشطرنج وتهدف دائما الى .. قتل الملك !

المسرح الشعبى والتوجيه

ليست فكرة المسرح الشعبى فى الاصل هى تجميع بعض الفارغين والتسافهين بين الممثلين القدامى ـ ارضاء لخاطر زيد أو خاطر عمرو ، تجميعهم فى « شعب » تعمل على حساب الدولة ، لتقدم لجماهير القرى عن العاصمة بعض أشياء تافهة لا تنفع فى شىء!

ان رسالة المسرح الشعبى أسمى من هذا وأعظم ، انها مدرسة الجماهير حيث تكون مدرسة العلم والاخلاق والتربية والصحة والوطنية والمجتمع ، وانها وسيلة بث روح العمل والانتاج وطريق بعث الوعى القومى الصحيح بين صفوف الملايين .

ترى هل أصبح المسرح الشعبى عندنا محققا فعلا لرسالة الطبيعة المرجوة ؟

وهل تخلص المسرح الشعبى عندنا من آثار النفوذ والاستغلال ، التى كانت ترفع الى خشبته صبيا لبقال أو عجانا من مخبز أو مساعد ترزى وغيرهم . ترفع هؤلاء الى خشبته كممثلين وممثلات وهم لم يعرفوا شيئا عن التمثيل ..؟

ان ادارة المسرح الشعبى يلزم أن تكون فى أيدى بعض الفنيين الحازمين ، الذين يستطيعون بخبرتهم واخلاصهم وحزمهم أن يجعلوا منه أداة الرسالة المنشودة .

أما زمان الفوضى والانتهاز فقد راح ، وقد آن للمسرح الشعبى ـ شأنه شأن أية رسالة شعبية ذات قيمة ـ أن يأخذ طريقه الصحيح ، واذا كانت رسالة هذا المسرح هى توجيه المحتاجين الى التوجيه .. فان الاولى به هو ذاته أن يجد لنفسه التوجيه السليم

يوسف فهمى



وقف هنيهة مترددا ، يتأمل موقفه، ويزن عواطفه، ويسأل مشاعره ، هل يعود أدراجه ؟

أيعود ادراجه ولم يعد يفصله عنها غير هذه الدرجات الثلاث ؟!! . درجات ثلاث لو قفزها ، لضم المرأة التى يهواها بعد برهة وجيزة الى احضانه ، فهل يعود أدراجه ؟! ..

لو انصت الى ذلك الصوت العميق الملح ، الذى انبثق من اعماقه وطفا الى سطح وجوده فعلمه الارق والسهاد فى الايام الاخيرة ، لعاد ادراجه ، ولكنه ما كان ليفعل وخلف الباب امرأة يهواها .. فقفز الدرجات الثلاث ، ودق الجرس ..

واستقبلته تماضر ، بوجهها الجميل المتألق ، وثغرها الباسم ، ومدت اليه يدا رخصة بضة فاحتواها بين راحتيه فى شغف وهيام ، ومال عليها فى رفق فقالت وهى تدفعه عنها ، وتهمس فى اذنه فى دلال .. كفى يا جمال ...

وانفلتت تماضر من بين يديه ، وارتكزت بمرفقها على ظهر مقعد بجانبه قلبه مباشرة .. قالت ..

ـ على ما استقر رأيك يا جمال ؟!

وجاءها صوته ، خافتا حزينا اسيفا ، بعد لحظة من صمت قال :

ـ سأنزل عند رغبتك يا تماضر وأطلق عصمت .. سأطلقها غدا .. رغم انى لم أر منها طيلة حياتى معها شيئا يغضبنى أو يشقينى ، لم أر منها غير التفانى فى حبى والعمل على راحتى .. واننى فى لوعة حبى لك ، وحرقة أساى عليها ، أتساءل ... أما استطيع أن اكون زوجا لامرأتين .. انت وهى ... و ... وبتر صوتها المسلول حديثه قالت :

ـ لقد انتهينا من بحث هذا الأمر يا جمال .. اما أنا وحدى ، واما هى وحدها ... ثم أنا لا أرغمك

وركز جمال عينيه فى وجه تماضر ، وقد انعكست الانفعالات العنيفة التى تصطخب فى داخله على وجهه ثم قال .. سأطلقها ياتماضر غدا .. سأطلق عصمت .

و .. وبتر حديثه صوت طرقات على الباب ، ودخلت الخادمة وسلمت سيدتها خطابا معنونا باسم جمال .. قالت أن سيدة مقنعة قد سلمته اليها منذ لحظة .. وارتسمت الدهشة على وجه جمال ونظر الى تماضر يسألها بعينيه ، سؤالا صامتا .. من السيدة ؟.. من تلك المجهولة التى عرفت مكانه ، وعلمت بسره ؟...

واعطته تماضر الرسالة وأشارت اليه أن يفضها ويقرأها ، ففضها بيد غير ثابتة ، وابتدأ يقرأ ..

زوجى الحبيب ..

لعل هذه الرسالة التى بين يديك الان ، هى اعجب رسالة كتبتها امرأة الى زوجها .. ذلك لأنى ادعوك فيها الى احضان امرأة غيرى ..

نعم يا رجلى الحبيب .. ادعوك اليها لأنى ارى فى ذلك سعادتى ، فسعادتى فى الحياة ، استمدها من سعادتك انت يا توأم القلب ، والهناء الذى انشده خالصا لنفسى ، هو أن أراك سعيدا بدنياك ، حفيا بحياتك ..

منى النفس .. عندما جلست لأكتب لك هذه الرسالة ، كان على أولا ان أضع أعصابى فى قمقم من تلك القماقم التى كانوا يحبسون فيها جن الأساطير، ويغلقونها عليها ، تجنبا لبدواتها وعبثها الرهيب .

معذرة .. فأنا امرأة .. وامرأة تحب ، فلابد للقلم أن يرتعش بين أصابعى وهو يجرى لاهثا على الورق ، بتلك الكلمات الرهيبة ، التى يهتز لها كل عصب من اعصابى ثورة وحنقا ، على تلك المرأة التى ادعوك اليها ، والتى سلبتك منى .. ياأعز ما أملك ...

ولعلك تتساءل ، كيف عرفت سرك ، وعلمت بهواك ؟..

رفعت ذراعى فى وهدة احدى الليالى ، وحمى الرغبة الى ضمك تصهرنى حنانا وحبا ،اردت لرأسك متكأ لينا هو ذراعى ووسادة حانية عطوفا هى صدرى ، ولكنى احتضنت الفراغ !! وقفزت فى فراشى قلقة مضطربة ، أبحث عنك ببصرى فى انحاء الحجرة ، فوجدت السكون مطبقا على كل شىء ، وأشباح قطع الاثاث ساكنة كأنما هى مردة قد اشير عليها بعصا سحرية ، وانتابنى الرعب، وقمت من فراشى أبحث عنك فى انحاء البيت فلم أجدك !!...

وعدت الى مع الصباح مبتل الثياب بماء المطر ، محموما ملتهب الجبين .. لم أسألك أين كنت .. وما جدوى السؤال وانت لم تكن تعى ما تقول ، ولم تكن تلفظ بغير كلمة واحدة .. تماضر .. تماضر .. من هى تماضر ؟!..

وعلمت من هى تماضر ، يوم سمعت قصة غرامكما من فم ابنة خالتك سعاد .. سعاد تلك المرأة التى لا ترتاح الى سعادتنا .. امرأة حسود كانت تريدك فى يوم من الأيام زوجا لها .. امرأة كابدت مرارة الحرمان منك، ومشقة البعد عنك فانقلبت حربا على هنائك وهنائى . وما كان اسعدها يوم سألتها من هى تماضر .. ومن تكون .. وما غابت الا يوما واحدا ثم أتت الى بالقصة كلها !...

التقيت بتماضر فى احدى الحفلات الخيرية ، ورأيتها تبيع الزهور متطوعة ، ورأيت فى عينيها ما ملأ قلبك بالعطف عليها ، فسألت من هى .. فعلمت انها امرأة حديثة العهد بالترمل، وأن زوجها كان عضوا عاملا بالجمعية ، وانها ابت أن تستسلم للحزن وأبت الا ان تسهم بمجهودها فى نجاح الحفل الذى وضع زوجها برنامجه قبيل وفاته بأيام قلائل فأكبرت فيها شجاعتها ، وتقدمت اليها معزيا مثنيا على روحها العالية .. والتقيت بها بعد ذلك مصادفة فدعوتها الى تناول الشاى معك . وأنا اعتقد انك لم تكن تريد من وراء ذلك سوى التخفيف عنها ومواساتها ، ولكن الامر تطور الى غير ما كنت تنتظر .. انقلب اللقاء العابر الى لقاء ضربتما له موعدا ، وانقلبت المواساة الى عطف وتطور العطف فاضحى غراما .. وخيرتك تماضر عندما عرضت عليها ان تتزوجها ، خيرتك بينى وبينها ... آه .. ما كان أقساها .. وتغيرت احوالك ، ذلك التغير الذى كنت اعزوه الى أشياء أخرى فلم يكن يخطر ببالى قط ان هناك امرأة أخرى .. حتى كانت تلك الليلة التى نبا بك مضجعك فيها ، وقد اصطرعت فى نفسك الرغبة اليها ، واعتورك نوع من جنون الهوى ، فغادرت فراشك الدافىء ، اليها ،



الى الليل القاتم الغريب ، والى السماء التى كانت تهمى بمطر غزير والى البرد القارس .. ولكنك ما كنت لتبالى .. لا بالمطر ولا بالبرد ولا بالليل الموحش .. فقد كان خيالك ملتهبا بصورتها .. فلم تعد تحس الا بها ..

ولكنك عدت من عندها بخفى حنين ، ولعلها لم تشأ ان تستقبلك فى نصف الليل !

وتلقاك فراش المرض وقد سقطت صريعا بين براثن الحمى ..

ومن خلال هذيانك نبعت ذكرياتك معها .. نبعت فافرغت قتامتها فى روحى ، ورشقت سهاما دامية فى قلبى ، وانا مشدودة الى فراشك ، تطحننى اناتك ، وتضمنى اللهفة عليك ضما عنيفا مرهقا ، استمع فى تنهدات الليل ، الى نداء باسمها ، انسكب فى قلبى كجمرات من لظى ،جمرات بلون الدم ، صهرت كيانى كله ، وعصفت بكرامتى كامراة وزوجة ، وجعلتنى انتفض مذعورة خائفة ،

عندئذ ، أدركت ان سماء حياتى الزوجية ، قد غرب نجمها فى افق بعيد ضائع ، لا يرتد النجم عنه أبدا ، أن تلك النسمات القليلة الباقية فى حياتنا معا. ما هى الا خفقات الشمس لحظة تهوى الى أحضان الافق المجهول . واحسست بمشعل ارتباطنا الزوجى ، يومض ومضات الاحتضار ، ويحرق فى احتضاره كل معنى يحمله ذلك الرباط المقدس الذى يجمعنا ، بعد أن انفصمت وشائج الحب بيننا ..

وتمثل لى زورق حياتنا الزوجية ، وهو ينساب فى بحر الحياة هادئا ، حانيا ، حتى استوت تلك المراة على الافق البعيد ، تناديك نداء خفيا اثيريا ، لم انتبه اليه ، وتجذبك الى دنياها جذبا سحريا لم اكن احس به حتى رايتك تترنح فى الزورق وتتخبط فى بحر الحياة بين يدى من أخذتك منى .. واها لقلبى !

وانتشلتنى اناتك من ذكرياتى فاذا بى معلقة فى فراغ الوحشة ورأيتك تعانى وطاة الحمى فطلبت من الله ان افتديك بحياتى .

طلبت منه ان افتديك بحياتى وانا اسمعك تهتف باسمها ، اسم التى سلبتك منى ، هتافا ملحا ذليلا ، تناديها به فى لهفة العاشق ، نداء حارا دافقا ، سرى على مسرى حلم سقيم فى حلكة نهار لا يبدده فجر قريب .

وركعت بجوار فراشك ، عابدة بتولا ، ابتهل فى ضراعة الى الله ، ان افتديك بحياتى ، أن يأخذنى بدلا منك ، فانت أمامك المستقبل الباسم ، والمرأة التى تهواها ..

أما أنا يا جمال ، فلا ارى الدنيا الا من خلال عينيك ، ولا أتنسم الحياة الا من اجلك ، ولا اعيش الا لك ، فان فقدتك فقد ران على قلبى صمت . . الموت !!.

واستجاب الله لدعائى وشفاك .. استرددتك فى اللحظة التى اضطرب فيها نجم حياتنا على الأفق ثم هوى فى مسرى شعاع قتلت قلبى فيه راضية ، لانى رأيتك تسعى الى هنائك ونعيم حياتك ، تسعى اليها ، الى تماضر ، فى اليوم الأول الذى غادرت فيه فراش مرضك ..

فرأيت ان اكتب ، ابتهل اليك ، الا تطحن سعادتك فى رحى حياتنا الافلة ..

اما أنا .. أنا يا منية النفس ، فسوف استنبت من العدم حياة ، واعتصر من مرارة الصبر ، حلاوة الأمل، وارتشف من ينبوع الحرمان قطرات ضليلة ، اسكبها علي روحى اللهفى ، فأحس لذة الصادى ، عندما تمس شفتيه علالة ماء ..

والبعاد يا جمال ، كما قال « شيللى » يخمد العواطف الصغيرة ، ولكنه يلهب المشاعر الكبيرة ... وأواه .. انى لقلبى ان يصبر !.

ولكنه الوداع ، وأنا اخط اليك كلماته الاخيرة ، يترامى الى من بعيد صوت مطرب عاطفى فى اغنية احببناها سويا ، فلا يعلق بقلبى من كلمات الاغنية ، الا كلماتها العذبة المعذبة .. من يوم ما فاتنى وراح ، شدو البلابل نواح .. والورد لون الجراح ..

جراح القلب المعذب ،التى يلطف من آلامها ، تلك الأحلام السعيدة التى أعيش فيها لحين مولد طفلنا الاول الذى احمله الان فى احشائى.

سيكون صورة منك ، لاننى كنت شغوفة بالنظر الى وجهك الجميل دائما ، فأرى فيه سعادتى معك التى فقدتها ، قد أشرقت من جديد فى بسمة طفولته البريئة الطاهرة ..

انا اعرفك تحب الاطفال حبا شديدا يملك عليك أحلامك كلها ، واعرف انك تتلهف الى الولد ..وسوف أهبك هذا الولد ، رغم ان مجيئه سيكون فى أيام من الحياة قاتمة ، لهذا استحلفك بالذى اودعت سر وجوده فى كيانى الصغير، استحلفك أن تبقى على رباط الزوجية ، فلا تفصمه ،ونحن على وشك ان نكون لأول مرة ، أبا وأما !!.. وأقسم لك انك لن ترانى أبدا ، لو اردت ذلك ، فقد اخترت من بعدك الوحدة لى رفيقا، ارعى فيها ذكريات حلوة لأيام سعيدة خلت ، عشتها معك ، تحت عينيك الجميلتين ..

والان وداعا يا جمال ، وداعا لن اسفك فيه دمعة واحدة ، وداعا يا أجمل ذكرى فى حياتى ، وداعا يا الف الروح وتوأم القلب.

زوجتك

عصمت

وطوى جمال الرسالة ، وقد اغرورقت عيناه بالدموع وهمس وقد هزه النبأ وملك عليه كل مشاعره ، عصمت حامل يا تماضر .. سأكون أبا .. أبا يا تماضر. تصورى .. سيكون لى ولد يناديني بصوته الملائكى الحلو .. بابا .. بابا .. وهمس لنفسه ، عصمت يا أم ابنائى ، عصمت يا توأم القلب والف الروح ... غفرانك ، فديتك أنا بحياتى .. فديتك يا عصمت ... يا أم ولدى .

وانتشله صوت تماضر من خواطره السعيدة قالت له :

ـ هل سيغير هذا النبأ ما استقر عليه رايك بشأن الطلاق ؟!

فلم يجبها ، بل نظر اليها نظرة غامضة مبهمة لم تفهم لها معنى .. ثم استدار وأولاها ظهره ، واندفع يريد الباب .. فنادته تماضر .. جمال .. جمال .. ولكن الباب كان قد غيبه وارتد اليها نداؤها الملهوف حزينا كسيفا ، فادركت انه الوداع .

وهزتها الصدمة هزا عنيفا ، فزحفت الى مقعد قريب ، والقت بنفسها عليه محطمة مهدمة ، وقد ساحت دموعها على وجنتيها ، وهتفت هامسة من اعماق قلبها ، وهى تنظر الى الباب الذى غيبه. الوداع يا جمال

جلال مكاوى

ورشة حفر قنديان

مطابع شركة الاعلانات الشرقية


ستوديو مصر يقدم
أقوى من الحب
فيلم أقوى من الحب
عواطف ملتهبة
غرام عنيف..!
فكرة
إنسانية
رائعة
مديحه يسري
عماد حمدي
بالاشتراك مع
المطربة
شادية
إخراج : عز الدين ذو الفقار
توزيع : شركة النيل للسينما
حاليًا بسينما ستوديو مصر بالقاهرة وريتس بالاسكندرية